مقدمــة في الإرشــاد النفسـي

دكتور محمد إبراهيم عيد أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية كلية التربية – جامعة عين شمس

الناشر مكتبة الأنجلو المصرية ١٦٥ شارع محمد فريد – القاهرة

أسم الكتساب: مقدمة في الارشاد النفسي أسم المؤلف: د/محمد ابراهيم عيد أسم الناشر: مكتبة الانجلو المصرية أسم الناشر: مكتبة الانجلو المصرية أسم الطسابع: مطبعة محمد عبد الكريم حسان رقسم الايسداع: 2426 لسنة 2005 الترقيم الدولي: 977-2115-50-877 I-S-B-N 977-05-8

فهرس الحتويات

0	مقدمة:
	القصل الأول
۱۳	الحاجة إلى الإرشاد النفسى
١٤	* مفهوم الإرشاد النفسي
10	* الإرشاد النفسي من منظور تاريخي
۱۷	* موقع الإرشاد النفسى في عالم اليوم
۱۹	عد الانتقائدة في الله شار الدفي
۲.	* أهداف الإرشاد النفسى
44	* الإرشاد المدرسي
۲٧	 * نظرية الأنساق العامة في الإرشاد
۲۸	* نظرية التواصل
۳.	 * الإرشاد النفسى في العالم العربي .
	القصل الثانى
30	نظريات الإرشاد النفسى
" "	* التحليل النفسي ،
٤٦	* السلوكية
۳۰	* التيار الإنساني في علم النفس

القصل الثالث

79	الإرشاد النفسى عند علماء النفس
79	١ – الفريد أدلر١
٧٠	سيرة حياة .
٧٣	- تصورات أدلر الأساسية .
٧٦	- علم النفس الفرد : مفاهيمه ومبادئه الأساسية
۸۳	 أنماطه الشخصية : اتجاهات أسلوب الحياة
۸٧	- الاهتمام الاجتماعي كمقياس للصحة النفسية
98	العصاب النفسى
9 £	۲ – کارل يونج
9 £	- النظرية التحليلية في الشخصية
90	سيرة ذاتية
97	 علم النفس التحليلي : المفاهيم والمبادئ الأساسية .
9.8	- الأنماط الفطرية الأوائلية :
99	* القناع .
99	* انظل .
•••	* الأنيما والأنيموس
۳۰۱	– نمو الشخصية
1.0	٣ - أيريك فروم
1.0	 النظرية الإنسانية في الشخصية .
1.0	سيرة حياة
٧٠١	 النظرية الإنسانية : المفاهيم والمبادئ الأساسية
۱٠٧	– آليات الهروب .

***************************************	_ الإرشاد النفسى ه	
1 • 9	- الحرية الإيجابية . · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
11.	- حاجات الإنسان الوجودية	
11.	: الانتماء (الارتباط) في مقابلة النرجسية	اً. لا
118	: التسامى	
117	: الإخرة ·	 داندا
114	اً: الإحساس بالهوية .	
17.	ساً: الحاجة إلى إطار للتوجيه	
171	- الصحة النفسية والمجتمع	4
170	- کار ن هورنی	. 6
170	- النظرية الاجتماعية الثقافية في الشخصية	
170	- سيرة حياة	
177	- النظرية الاجتماعية الثقافية : المفاهيم والمبادئ الأساسية	
177	- نمو الشخصية	
۱۲۸	- يمو السخصية	
۱۲۸	– العلى الإساسى	
۱۳۰	- الحاجات العطابية . - الانجاه نحو الآخرين	
171	- الانجاه بعيداً عن الناس	
171	- الانجاه بعيدا عن الناس	
١٣٢	- الا بجاه صد الا حريل	
18	- علم نفس المراه	
100	- ايريك اريحسون	•
150		
179	 ۱- بدایة العمر . ۲- الطفولة المبكرة . 	
127	 ۲ - الطفولة المبكرة	

	٢
1 £ £	٤- سن المدرسة
١٤٧	٥- سن المدرسة
10.	٦- بداية الرشد .
107	٧- الرشد الأوسط .
105	٨- الرشد المتأخر
107	٣- إبراهام ماسلو
107	- المنظور الإنساني في نظرية الشخصية
101	- سيرة حياة
109	- الأسس التصورية لعلم النفس الإنساني
171	٧- كارل روجر
171	- المنظور الفنومنولوجي في الشخصية
177	– سيرة ذاتية
۱۷٤	- تصور روجرز عن الطبيعة الإنسانية .
,,,	
	القصل الرايع
179	مهارات الإرشاد النفسى
174	الإرشاد النفسي : علم وفن ومهارة
١٨٠	أولا : الملاحظة
144	سجلات الوقائع الحياتية
١٨٣	ثانياً: مقاييس التقدير
١٨٤	مقياس تقدير الشخصية
7.41	استبيان التوجه الشخصى الكلينيكي
149	ثالثاً : المقابلة التشخيصية
191	مجالات المقابلة التشخيصية

	الإرشاد النفسى ٧
	القصل الخامس
197	الإرشاد النفسى لذوى الاحتياجات الخاصة
	القصل السادس
710	القياس في الإرشاد النفسي
110	 البحث الكمى في الإرشاد النفسى .
710	- الإجراءات العامة في الإرشاد النفسي
717	– أ نواع الصدق
414	 قياس العملية الإرشادية .
777	- نموذج قياس عن اضطراب القلق الاجتماعي
701	المراجع

مقدمة:

تدور موضوعات هذا الكتاب حول الإرشاد النفسى بوصفه علما وفنا ومهارة ، تتخذ من الإنسان الفرد والتلميذ ، والزوج والزوجة والأسرة موضوعات لها ، في عصر لعل من أهم خصائصه المميزة أنه عصر التفجير العلمي ، والتقدم التكنولوجي المتسارع، والوثبات الكيفية إلى درجة يستحيل معها التنبؤ بما هو قادم من تقدم علمي متسارع وتكنولوجي يمتد ليستوعب كافة مناشط الحياة .

الأمر الذى استلزم أن تكون كافة الطاقات والإمكانات معبأة للمشاركة فى عصر ، الخارج عن إيقاع حركته عن معطيات تقدمه ومعايير الجودة فيه لا وزن له أو قيمة.

وتعبئة الطاقات تستوجب أن يكون الإرشاد قائما له طابعه المتميز ، يوجه ويرشد ويعبء الطاقة ويساعد على بزوغ الإمكانات والقدرات . فثمة استجابات لاتوافقية ومشاعر وقلق وضغوط نفسية ورغبة فى التحصيل والتفوق والعلو ، ومواقف صدمية ،و تعثرات وإحباطات ، فكيف السبيل ونحن مجتمعات فى حاجة إلى قوة أبنائها ، وإلى التقدم المتسارع حتى نواكب عصرنا ونعيش معه بقوة واقتدار ، ونحن على يقين بأن العقل هو السيد الذى ينبغى أن يطاع وأن الدين هو المقوم الأساسى لوجودنا ، وأن الشباب العربى هو الوريث الشرعى للمستقبل القادم ، ومن ثم ينبغى إرشاده وتوعيته .

فى الفصل الأول تناولنا مفهوم الإرشاد وما يرتبط به من مفاهيم وما ينطوى عليه من أسس ، وما يهدف إليه من غايات على مستوى الفرد والمدرسة والأسرة وذوى الاحتياجات الخاصة .

وفى الفصل الثانى تناولنا النظريات الأساسية من تحليلية وسلوكية إلى تيار إنسانى متدفق بالمعنى والقيمة والتوجه نحو مستقبل يكون فيه الإنسان هو نفسه وإمكاناته وقدراته .

ثم توالت الفصول موضحة التراث الإرشادى لدى علماء النفس انطلاقا من أدلر ورؤيته التى توضح أن الإنسان ينطوى على ذات مبدعة وأن حياته تمضى كنضال من أجل السمو والتجاوز ، وانتهاء بروجرز الذى يعتبر الأب الروحى للإرشاد النفسى في عصرنا الحالى من خلال كتبه وكتاباته الخلاقة في هذا الميدان .

ثم عرضنا لمهارات الإرشاد النفسى ، وما ينطوى عليه من طرائق وفنيات .

وفى الفصل الحادى عشر بينا كيف يمكن أن نعيش الظواهر الإنسانية وكيف نستخدم القياس فى الظواهر الإرشادية ، وفى الفصل هذا قدمنا نموذجا تطبيقيا عن ذلك .

هذا هو الكتاب الذى أقدمه إلى قراء العربية ، آملا أن يكون على مستوى القارئ ، وأن يسد بعض الفراغ في هذا المجال الحيوي الوثاب .

والله من وراء القصد إبراهيم عيد



			الأول _	الفصل	
النفسى ــــــ	إلى الإرشاد	- الحاجة			

مقدمــة:

لعل من أهم ما يميز عصرنا هو هذا التقدم العلمى والتكنولوجي المتسارع الذي يمتد ليستوعب كافة مناحى الحياة: في الزراعة والصناعة والاقتصاد وما بعد الصناعة ووسائل المواصلات والاتصالات ووسائل الإنتاج وعلاقات الإنتاج وتكنولوجيا المعلومات التي عن طريقها يمكن استثمار طاقات الإنسان الإبداعية والخلاقة.

وقد وضع هذا التقدم العلمى والتكنولوجي نهاية لعصر النطور البطئ ، والتى كان فيه التغير يمضى موازياً لإمكانات الإنسان على الاستيعاب والتوافق النفسى إلى عصر يستحيل معه التنبؤ بما هو قادم .

وقد واكب هذا التفجر المعرفى والتكنولوجى تغيراً موازياً فى إمكانات الناس على الاستجابة لهذه التطورات العلمية المتلاحقة ، فحينما تتغير الأشياء من حولك فإن تغيراً موازيا يحدث فى داخلك ، ولهذا زادت حدة الاضطرابات النفسية والاجتماعية والسلوكية ، وارتفعت عند البعض حدة الاستجابات اللاتوافقية إزاء الذات وإزاء المجتمع ، وانعكس ذلك على العلاقات الأسرية ، وعلى تعاملات الناس بعضهم مع بعض ، وعلى تعاملات تلاميذ المدارس وطلاب الجامعات .

هنا ، أصبحت الحاجة إلى الإرشاد صرورة تستلزمها محاولات البحث عن حلول لمشكلات اجتماعية ونفسية وسلوكية لم تعد تقليدية ، فالتطلعات المستقبلية والإصرار على النجاح . ومحاولات الإمساك بالقدرة والإمكانية ، وتجاوز الاضطرابات والقلق والخوف من المجهول ، كل ذلك استوجب أن يكون هناك إرشاداً وتوجيهاً نفسياً .

وتتعدد أنواع الإرشاد النفسى بتعدد مناحى الحياة ، فأصبح هناك الإرشاد الدينى ، والإرشاد الأسرى ، والإرشاد الزواجى ، والإرشاد المهنى ، والإرشاد الأكاديمى ، والإرشاد المدرسى .

مفهوم الإرشاد النفسي

الإرشاد النفسى مفهوم ثقافى - تتعدد فيه الآراء ، وقد تتباين بيد أنه مفهوم ثرى فى محتواه ، متعدد من حيث مجالات تطبيقه فرديا وجماعياً وأسريا وزواجيا ومهنيا وتربويا ... إلخ .

ينطوى على معان تفيد معنى النصح والإرشاد والتوجيه سواء فى منابته اللغوية أو استخداماته المتعددة ، ففى اللغة العربية ، فإن كلمة (رشد) ، رشداً : تعنى اهتدى ، فهو راشد ، ورشد فهو رشيد وأرشده بمعنى أهداه ، واسترشد بمعنى اهتدى وطلب الرشد (محيط المحيط ص ٣٣٦) .

أما مصطلح إرشاد Counseling في اللغة الإنجليزية ، الفعل منه يرشد ينصح Counsel فهو مشتق من الكلمة اللاتينية Consilium ، وتعنى أن انكون معاً، أو اأن نتكلم معاً ، وهذا المصطلح في أصله اللاتيني صار تاريخيا يتضمن معنى التبادلية mutuality وهو المعنى الذي يتجسد في تعريف الإرشاد من حيث تأكيد أن المرشد والمسترشد يتفاعلان معاً (Baruth & Robinson).

ومن هنا فإن الأصل اللغوى للمصطلح في بنيته الإنجليزية والعربية يفيد معنى الإرشاد والهداية وإسداء النصح والمشورة لمن يريدها .

وثمة تعريفات متعددة لمعنى الإرشاد النفسى ، تفيد بأن الإرشاد النفسى يقدم خدماته النفسية والإرشادية من خلال إجراءات تساعد الفرد على تحقيق التوافق ، وتحرير طاقاته الخلاقة من الإحباطات والخوف والقلق ، ومساعدته على أن يكون نفسه ، محققا ذاته ، وقادراً على الاختيار بين الممكنات ، وعلى المضى قدماً بإمكاناته صوب المستقبل .

ويرى البعض أن الإرشاد في صميمه عملية تعليمية تقوم على نظريات ومبادئ التعلم ، وأن غاية الإرشاد هو تعديل السلوك Behavior modification ، وأن غاية الإرشاد هو تعديل السلوك علاقة تتألف ليصبح متوافقا مع المتطلبات الاجتماعية الحالية والمستقبلية ؛ من خلال علاقة تتألف من مرشد Counselor ، وهو الشخص الذي أحسن إعداده وتدريبه على طرائق وأساليب الإرشاد النفسى ، ومسترشد Counsellee وهو الشخص أو العميل Client الذي يتلقى عملية الإرشاد .

وقد تبلورت بعض جوانب هذه العلاقة فيما كتبه دولار وميلر وبينسكى وروتر وغيرهم من السلوكيين الذين استخدموا نظريات ومبادئ التعلم في الإرشاد والعلاج النفسي .

الإرشاد النفسي من منظور تاريخي :

الإرشاد النفسى قديم قدم الإنسان نفسه ، فالإنسان كائن منتمى لا يستطيع أن يحيا بمفرده بمعزل عن الجماعة ، وهو صعيف بنفسه ، قوى بالآخرين ، ومن ثم فهو في حاجة إلى إرشاد ونصح وتبصير الآخرين . وكان الآباء والشيوخ والحكماء والمربون يقومون بهذا العمل ، وهو نصح وإرشاد الآخرين كيما يبلغوا إلى سواء السبيل.

والإنسان - كان وما يزال - كائن فى تغير دائم ، يعتريه أحيانا الوهن ويضل الطريق ، ويحتاج إلى المساعدة ليكتشف نفسه ويكتشف إمكاناته ويتجاوز توتره ، وقلقه وغضبه وحيرته واكتئابه ، فكان يصل إلى غايته من خلال الحكماء وأهل الثقة .

ويكاد يكون الإرشاد النفسى أمريكى النشأة ، وهذا راجع إلى أن المجتمع الأمريكى له خصوصية يتميز بها ، فهو مجتمع قائم على الهجرة ، والهجرة بطبيعتها لها روافدها الثقافية والعرقية ، ولهذا يطلق عليه بأنه مجتمع متعدد الثقافات -Multi الثقافية والعرقية ، ولهذا يطلق عليه بأنه مجتمع متعدد الثقافات ، ومجتمع متعدد العرقيات Multiethnic society ، ومجتمع متعدد العرقيات وتلك الثقافات تحاول أن تنصهر في بوتقة انصهار واحدة melting pot تمثل الثقافة الأمريكية .

وهذا أمر يتمخض عنه كثير من المشكلات النفسية والأسرية والاستجابات اللاتوافقية ومشاعر القلق والاغتراب والإحساس بالهجر والعزلة وما إلى ذلك وهذا ما أكده اريكسون ، Eirkson عندما أوضح أن كثيراً من الاضطرابات النفسية ثقافية المنشأ أضف إلى ذلك أن صدمة الحرب العالمية الثانية ، وما نتج عنها من أعراض صدمية ومن مشكلات نفسية ، ومشاعر إحباط وخيبة أمل ، وأعراض تالية لصدمة الحرب post traumatic .

كل هذا ، قد جعل الولايات المتحدة الأمريكية من أوائل الدول التى أقامت تقنيات علاجية جديدة ، إلى درجة يعد معها الإرشاد من أبرز معالم التقليد الأمريكي في تطور علوم وفنون ومهن علم النفس والخدمات النفسية والمجالات الأخرى ذات والصلة، الوثيقة بها كالتربية والخدمة الاجتماعية والطب النفسى ، ويعنى بمهنة الإرشاد كثير من المنظمات المهنية بالولايات المتحدة الأمريكية ، منها القسم ١٧علم النفس الإرشادى Division 17; Counseling psychology ؛ الرابطة الأمريكية للإرشاد والنمو American Association For Counseling and Development

وقد تغير مسمى هذه الرابطة إلى «الرابطة الأمريكية للإرشاد» -American Counsel ، وتضم هذه الرابطة ثلاث عشر قسماً متخصصا في مجالات عديدة للإرشاد .

ويحدد ميكل بركهام Barkham (١٩٩٨) مسار حركة الإرشاد النفسى من خلال ثلاثة أجيال متعاقبة: الجيل الأول يغطى الفترة من ١٩٥٠ – ١٩٧٠. ويعالج موضوع هل العلاج النفسى فعال ؟ وهل ثمة وسائل موضوعية لتقييم العملية العلاجية؛ والجيل الثانى: يغطى الفترة من ١٩٦٠ – ١٩٨٠ وينشغل بنساؤلات علمية، من أهمها وأى العلاجات النفسية أكثر فاعلية، وما مكونات العلاج النفسى التى تعتبر أشد اربتاطا بالنتائج الفعالة ؛ أما الجيل الثالث: فيغطى الفترة من ١٩٧٠ حتى وقتنا الحالى، ويتعرض لموضوعات شديدة التنوع والثراء، لعل من أهمها كيف يمكن النهوض بالإرشاد النفسى، وكيف يمكن جعله أكثر فاعلية وقدره على تغيير السلوك اللاتوافقى، وكيف يحدث هذا التغيير.

ولعل من أهم المراجع العلمية التي تعالج هذه الأمور كتابي بيرجن وآخر -Ber ، ويراون عن العلاج النفسي وعلم النفس الإرشادي (*).

وقد شهد مجال الإرشاد النفسى تطوراً سريعا فى الأربعينيات من القرن verbal response الماضى، حيث استخدم Porter (١٩٤٣) نسق الاستجابة اللفظية system ، ومسار Synder) على المنهج نفسه، مؤكدا أن فراسة المريض وبصيرته تؤثر على استجابته .

ونشر كارل روجرز (١٩٤٢) عمله الرئيسى في مجال الإرشاد النفسى والعلاج النفسى ونشر كارل روجرز (Counseling and Psychotherapy ؛ ثم تبعه بكتابه الثانى ، العلاج المتمركز حول العميل Client - Centered Therapy وفي هذا الكتاب حدد روجرز طريقته في العلاج والإرشادي النفسى ، وبين أنها تقوم على أسس مستمدة من الفنومنولوجيا ، وأن سلوك الفرد تحكمه إدراكاته ، وأن الإنسان لديه نزعة فطرية إلى تحقيق الذات ، وأن الإنسان خير بفطرته ، وأنه في سعى دائم صوب الكمال وأنه كائن ينظوى على ممكنات Possibilities وعلى إمكانات كامنة Potentialities ، وأن هذه والنمو المتواصل والإبداع .

^(*) Bergon and Garfield's (1994a) Handbook of Psychotherapy and Behavior change Brown and Lesnt's (1992) Handbook of Counseling Psychology.

وفى المملكة المتحدة حقق الإرشاد النفسى وثبات تطورية من خلال «الجمعية النفسية البريطانية British Psychological Society» ، حيث وافقت هذه المؤسسة في عام ١٩٨٧ على إنشاء ،قسم علم النفس الإرشادي Section الذي يحقق تطوراً علمياً متواصلاً ، منذ إنشائه وحتى الآن ، من حيث إعداد المرشدين وتقديم البرامج والخدمات الإرشادية من خلال الالتزام بخمسة أهداف رئيسية لعلم النفس الإرشادي ، تتمثل في :

- (۱) رفع مستوى الوعى ، ليس بين المرشدين النفسيين فحسب ، بل بين المشتغلين بعلم النفس بأهمية العلاقات الإنسانية باعتبارها متغيرا جوهريا له دلالته في العمل مع الناس .
- (٢) زيادة تأكيد قيم النزعة الإنسانية Humanistic ، باعتبارها تنطوى على فهم يتسم بالتفائل بمستقبل أفضل ، وتركيزها على الجوانب الخلاقة والإيجابية أكثر بكثير من الجوانب المرضية .
- (٣) تأكيد أن الحركة في اتجاه مساعدة الآخرين لاستثمار قيم السعى والاستمرارية والاندفاع صوب المستقبل ، أفضل من مجرد الاستجابة للمرضى والمرض النفسى .
- (٤) نمو الحاجة إلى إرشاد نفسى يقوم على أسس علمية في إعداد المرشدين وتصميم البرامج الإرشادية ، وتقديم الخدمات الإرشادية ، وتوافر الأسس العلمية القادرة على تقييم العملية الإرشادية .
- (٥) التركيز على قيمة الإرشاد باعتباره يمثل إطار عمل يسعى إلى تحقيق نمو إنسانى ثرى فى محتواه ، ممتلئ قدرة وإمكانية وإصراراً على المضى قدماً ضمن مؤسسات المجتمع إلى التقدم المنشود.

ويركز علم النفس الإرشادى على احترام الإنسان ، وتأكيد أن كل إنسان هو كائن فريد ومتميز .

موقع الإرشاد النفسي في عالم اليوم :

يعتبر ديغى Duffy الممثل الحقيقى لعلم النفسى الإرشادى فى الولايات المتحدة اليوم ، ولا سيما فى تأكيده التحول الذى أحدثه التيار الروجيرى Rogerian فى تأكيد خبرة الوعى فى ذاته ، والمفاهيم النمائية مثل تحقيق الذات ، والنزوع صوب المستقبل بحيث يمكن أن تكون ما تصبو إلى تحقيقه بقدراتك ، والتركيز على الإمكانات الكامنة

أكثر بكثير من التركيز على الجوانب المرضية ، ويتضح ذلك من خلال:

* تأكيد التوجه النمائى: Development orientation

الإنسان كيان في صيرورة ، أي كيان في حالة من النمو المتواصل والنمو ، له وبوصلة توجيه، تتجه بالإنسان صوب الأمام ؛ صوب تجسيد إمكاناته على نحو مستقبلي ، ولهذا فإن تأكيد المستقبل أفضل بكثير من التركيز على الماضى ؛ ولا يمكن أن يتم التركيز على المستقبل دون استلهام للقوى الخلاقة والإبداعية الكامنة داخل الفرد ؛ فالتقدم إلى الأمام يستلزم الكشف عن القدرة والإمكانية وقيم السعى والاستمرارية والتواصل الإيجابي وتجاوز أسر المشكلات النمائية ، ومشاعر الإحباط والخوف من المجهول وفقدان الثقة بالنفس وبالمجتمع ، والركون إلى العزلة والانسحاب والالتصاق بالذات على حساب إيجابية التوافق والتوجه النمائي .

* تأكيد التوافق النمائى: Developmental adaptation

والتوافق النمائى لا يعنى أن يكون التوافق جامداً وخاصعا لما هو قائم دون رغبة فى التطوير أو التغيير ، بل هو توافق ينشد التغيير ، يتفق وطبيعة الإنسان التى ترفض الاستسلام لما هو كائن ؛ لأن هذا الاستسلام يعنى أن الفرد أصبح جامداً وغير قادر على الإسهام فى تحقيق المستقبل .

ولهذا فإن التوافق النمائى يعنى أن تكون حركة متواصلة ، تؤكد أن الإنسان كائن نمائى ، وأن نعوه متواصل بغير انتهاء ، وأن توافقه النمائى يعنى استثماره لما يختزنه من إمكانات وقدرات ومواهبه ومهارات ، وأن هذا المخزون النمائى يمكن استجلاؤه واستثماره لمتحقيق التوافق الإيجابى على نحو نمائى لا يعرف التوقف .

والمعنى النمائى فى الإرشاد يدفع بالفرد إلى التركيز على جوانب الصحة النفسية ، غير غافل عن ضرورة الاهتمام بالبرامج النفسية والتربوية التى تعمق مهارات الحياة المتنوعة .

* الاهتمام بالمعرفة السيكولوجية Psychological knowledge

عن طريق الإعداد العلمى الجيد للمرشدين النفسيين ، بحيث يتمكنون من التعامل مع الأفراد في كافة القطاعات الخدمية ، في المدرسة والأسرة ، والمؤسسات الاجتماعية والقطاعات الإنتاجية المختلفة ، ولهذا برز الاهتمام بالإرشاد المهنى وبطرق إعداد المرشد النفسى ليكون على مستوى رفيع من الخبرة والدراسة الإرشادية، إضافة إلى التوعية بأهداف الإرشاد وضرورته وما ينظوى عليه من مكونات رئيسية :

- خدمات تربوية .
- خدمات مهنية .
- خدمات شخصية واجتماعية

* الانتقائية في الإرشاد النفسي Eclecticism

أول من سك مصطلح الانتقائية هو لازاروس حيث ارتأى أن العلاج السلوكى لاينبغى أن يقتصر على نظرية التعلم فحسب بل عليه أن ينتقى أية فنية مشتقة من أى نسق علاجى لخدمة الموقف العلاجى

ويؤكد صلاح مخيمر (١٩٨٨) أن كافة العلاجات النفسية تمتد فوق متصل فى طرف منه تكون التلقائية (الإمباثية عند روجرز والظاهر يأتيه وقبل ذلك اتوراتك وأدلر). وفى الطرف الآخر توجد التوجيهية Directive (أقصى صورها فى تعديل السلوك).

وكل معالج يتمثل نقطة فوق هذا المتصل بين الطرفين ، ويمكن اعتبار حيادية التحليل النفسى واستبصاره نقطة وسيطة . ولكن التلقائية الصرفة مجرد وهم مادام يوجد لدى العميل طرح موجب ورغبة فى العلاج . وعليه : فالعلاقة بين المعالج والمريض أو (المرشد والعميل) هى الأساس أما الانتجاه من تلقائية أو حيادية أو توجيهية ، أما الفنيات من استبصار أو تعديل بالتشريطات للسلوك ، أو تعديل للبيئة ، فكلها أدوات يمكن للمعالج أن يستعين بها تبعاً لنوعية الموقف العلاجي (ص ٢٨) وهذه الانتقائية في الموقف العلاجي نجدها متحققة في الموقف الإرشادي الذي يأخذ من الطرائق الإرشادية ما يتناسب مع نوعية المطلب الإرشادي ، ومن ثم تتنوع الفنيات وتختلف تبعا لهذا الموقف الإرشادي من طرائق سلوكية Behavioral ، أو الشخص على النحو الذي أكده روجرز.

وإضافة إلى ذلك السيكودينامية Psychodynamic ولاسيما بعد الإسهامات التي تحققت على يد الفرويديين الجدد (مثل أدلر) ويونج ، وكارن هورنى ، وهارى سوليفان وأريك فروم) .

ولسوف نتناول إسهامات هؤلاء العلماء في فصول قادمة . وعلى أية حال فإن المرشد النفسي يستطيع أن يختار من بين الطرائق الإرشادية ما يتناسب وطبيعة الموقف الإرشادي لطبيعة الموقف مثل التحصين التدريجي -Systematic desensti

zation ، والتنفير Aversion والتعلم الوسيلي Aversion ، التعزيز empa ، التعزيز assertiveness والإمباثية -positive reinforcement وما إلى ذلك من الطرائق المستمدة من المدارس النفسية والإرشادية المختلفة .

أهداف الإرشاد النفسي :

وهذه الأشكال المتعددة من الإرشاد النفسى ما هى إلا تنويعات Variety تستهدف تحقيق أهداف بعينها ، يتمثل بعض هذه الأهداف في :

أولاً :

مساعدة الفرد على فهم ذاته وفهم قدراته وإمكاناته ومشكلاته وحاجاته ، والوعى بذاته جسمياً وعقلياً ووجدانياً من أجل استثمار طاقاته وإمكاناته ، لتحقيق صحة نفسية أفضل ، تمكنه من التوافق مع نفسه ومع مجتمعه ومع عالمه .

وهذا الهدف يمكن بلوغه عن طريق:

- ١ الوعى بالذات على نحو يجعل الفرد أكثر فهما لذاته ، وأقل تشويها أو تأنيباً
 لها .
- ٢- تقبل الذات ، كما هي بما تنطوى عليه من مواطن ضعف ومواطن قوة ولكن في سعى دائم إلى تجاوز الضعف إلى القوة ، والتعثر إلى النجاح .
 ويستلزم ذلك تقبل الذات تقبل الآخرين ، رغم ما قد يظهر منهم من تناقضات.
- ٣- الوعى بأن الحرية تكمن في الاختيار ، وأن الاختيار مسئولية ، وأن قيمة الفرد تتحدد من خلال اختياراته ، وأن الإنسان هو ما يختار ، وأن الاختيار مسئولية وحرية والتزام .
- ٤- القدرة على التعبير عن المشاعر والحقوق بحرية وتلقائية ، وفى الوقت نفسه القدرة على تأجيل الاستجابة المتطرفة ، والتحكم فى الانفعالات الطائشة التوجه (السلبية) .
- ٥- تأصيل معانى السعى والاستمرارية والرغبة فى التفوق ، وتعميق الحاجة إلى المعرفة ، لا الخوف من المعرفة ، فالحاجة إلى المعرفة دليل صحة نفسية وشوق عارم للبحث والتنقيب والاكتشاف واقتحام المجهول ، والخوف من المعرفة دليل قلق ورهبة وتوجس من المستقبل .

- ٦- القدرة على تقبل المسئولية التي تتفق وقدرات الفرد وإمكاناته على التحقيق
 ٧ يكلف الله نفساً إلا وسعها،
- ٧- تقبل ما يترتب على سلوك الفرد من نتائج ، سواء أكانت صحيحة أم خاطئة ، فإن كانت خاطئة عليه أن يتقبل نتائج أخطائه وأن يجتهد فى تصحيح قراراته ، وأن يتقبل النقد والمشورة والمقترحات .
- ٨- أن يشعر بالثقة في الذات ، وبالسعادة ، دون إفراط في التفاؤل ، في سعى
 دائم نحو التحرر من القلق المحبط والمضى قدماً بإمكاناته وقدراته نحو المستقبل .

ثانيا:

تحقيق النمو المتكامل للشخصية نفسياً وعقليا ووجدانيا عن طريق مساعدة الفرد على تحقيق نمط من الحياة مقبول ومتوافق مع كونه مواطناً في مجتمع ، بمعنى آخر فإن الإرشاد النفسى يهتم بالتفاعل بين الشخصية وثقافة المجتمع وقيمه الروحية ومعاييره الاجتماعية .

ويشير مفهوم النمو المتكامل للشخصية إلى تكامل الوظائف العضوية والوظائف النفسية والاتجاهات السلوكية والمستويات الاجتماعية في كل لا يتجزأ .

وهذا الكل راجع إلى أن الإنسان كائن عضوى نفسى اجتماعى - Bio - psy وفي سموه ، وفي سموه ، وفي تطلعه دامعت دامعت و الحياة ككل ، في نموه ، وفي سموه ، وفي تطلعه إلى أعلى ، وفي سعيه لتحقيق ذاته ، وتوكيد إمكاناته ، وأيضاً في تعثره وفي اضطرابه وإحباطاته وصراعاته يمضى في الحياة ككل . إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الأعضاء ، فإن اضطربت نفسيته أثر ذلك على وظائفه العضوية وتوجهاته الاجتماعية وسلوكياته داخل المجتمع . ولذا فهناك ما يسمى بالاضطرابات النفس جسمية وسلوكياته داخل المجتمع ، ولذا فهناك ما يسمى بالاضطرابات النفس .

وعلى الرغم من أن تحقيق تكامل الشخصية يمثل هدفاً للإرشاد النفسى وأيضاً العلاج النفسى ، إلا أنه أمر مثالى ، نسعى إليه ولكن لا نستطيع بلوغه ، فنحن نسعى نحو تحقيق التوازن بين ما هو عضوى وما هو نفسى وما هو اجتماعى ، فى إطار من قيم المجتمع الدينية والثقافية والاجتماعية .

ولئن كان الهدف المفترض للإرشاد هو مساعدة الفرد على التقدم نحو النمو المتكامل لجميع مظاهر شخصيته ، فإن مهمة الإرشاد تكمن في مساعدة الطلاب لكي

January State Company

يرغبوا فى الكفاح من أجل أكمل حياة ممكنة ، بمقاومة ما يعرقل السعى والرغبة فى التفوق والنجاح ، فالجديد لا يتم إلا بفضل القديم وعلى الرغم منه ، والصحة لا تتم إلا بوجود المرض وعلى الرغم منه ، والنجاح لا يتحقق إلا بتجاوز الإحباط والفشل .

وهذا السعى نحو تكامل الشخصية لا يتحقق إلا من خلال يقين الفرد بتفرده وامتيازه وقدرته على استثمار إمكاناته .

واستثمار الإمكانات لا يتحقق إلا عن طريق مساعدة الطالب على تعلم المواد المدرسية ، وتأصيل سمات المواطنة الحقة ، وتعميق القيم الدينية والقيم الاجتماعية بما تنطوى عليه من موروث ثقافى متميز فى ذاته ، عميق فى أبعاده ، ضارب بجذوره فى عمق التاريخ .

إضافة إلى ذلك مساعدة الطالب على تعلم المهارات والانجاهات والطرق ذات الفاعلية واكتساب الأهداف المرغوبة على الرغم من المعوقات التي تعترض طريق النجاح والمستقبل.

الإرشاد المدرسي :

وهنا يبرز الإرشاد المدرسى ، لأن للمدرسة دوراً فعالاً في تشكيل وصياغة مكونات الطفل النفسية ، كعالم غنى بدينامياته النفسية والاجتماعية .

والمدرسة في حد ذاتها مؤسسة اجتماعية اتفق المجتمع على إنشائها بقصد المحافظة على ثقافته ونقل هذه الثقافة من جيل إلى جيل ، كما أنها تقوم بتوفير الفرص المناسبة للطفل كي ينمو جسمانياً وعقلياً وانفعالياً واجتماعيا إلى المستوى المناسب الذي يتفق مع ما يتوقعه المجتمع من مستويات وما يستطيعه الفرد . ويتصح من هذا التعريف أن المدرسة تقوم بوظيفتين :

الوظيفة الأولى: نقل الثقافة والمحافظة على التراث الثقافي وما يطرأ عليه من تعديلات .

الوظيفة الثانية : توفير الظروف المناسبة للنمو وتزويد أطفالها بالخبرات المناسبة التى تؤدى إلى نموهم جسمانيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا . والطفل حينما ينتقل من الأسرة إلى المدرسة فإنما ينتقل بزاد نفسى واجتماعى استمده من الأسرة ، أى إنه ينتقل إلى المدرسة بمكونات نفسية واتجاهات وقيم ومعايير اجتماعية ، بعضها سوى يحتاج إلى تأصيل ، واتجاهات وقيم ومعايير اجتماعية ، بعضها سوى يحتاج إلى تأصيل ،

وعلاج ، فبالإضافة إلى كون المدرسة إحدى الوسائل الجيدة اثقافة المجتمع وقيمه ومعاييره ، فإنها مسئولة إلى – حد كبير – عن المساهمة الفعالة في تكوين إنسان يستطيع أن يعبر عن طريق المناشط المختلفة (كالأنشطة الرياضية مثلا) التي يشارك فيها الطفل كيف ينتمي إلى الآخرين ، كيف ينتظم ضمن جماعات معينة ، وكيف يتسلح بقوة الفريق في عمله ، فالإنسان ضعيف بنفسه قوى بالآخرين ، ويتعلم كيف يؤدى واجباته ويدافع عن حقوقه ومن ثم والواجبات – فالحق ينبغي الدفاع عنه والواجب ينبغي تأييده على أدق نحو مستطاع وفقاً لإمكاناته ، ويتعلم من المدرسة كيف يكون الانتماء إلى مبادئ وقيم ياتف حولها الجميع ويتمركزون وتكون لهم بوصلة توجيه وإرشاد إلى غايات ومثل عليا ومستقبل أفضل . فالأمم تتقدم مجتمعه ومبادئه الروحية والاجتماعية .

والمدرسة هي الاختبار الوحيد لمكونات الطفل النفسية ، ففي المدرسة يتعلم كيف يشبع ما يمكن إشباعه من حاجات في إطار تنظيمي وثقافي واجتماعي ، ويرجئ ما لا يمكن إشباعه ضمن هذا الإطار ، ويتعلم كيف يتجاوز الشعور بالإحباط وكيف يعلو على إلحاح الحاجة والرغبة ، وما السوية في الحياة إلا القدرة على تحمل الإحباط وتجاوز الفسّل والنزوع نحو المستقبل .

وهذه القدرة يتعلمها الطفل في مجتمع المدرسة ، فليس كل ما يطلبه الطفل يتحقق ، وليس كل ما يتمناه يشبع ، وهنا تتشكل مكونات نفسية واجتماعية أشد مرونة وارتباطا بالواقع الاجتماعي ، ويكون عليه أن يتحرك ضمن المجموع ، منمن الانتظام الذي يشكل مجتمع المدرسة كانعكاس حقيقي لثقافة المجتمع .

وتتحدد بعض أهداف الإرشاد المدرسي في :

أولاً: إبراز الإمكانات الخبيئة لطلابها ، فكل طفل يولد وهو مزود بقدرات عقلية ومواهب شتى وإمكانات تتواصل بغير انتهاء ، وهذه القدرات والإمكانات والمواهب هى أعدل الأشياء قسمة بين الناس جميعاً ، وعلى المدرسة أن تساعد على إبراز هذا الثراء الإنساني في الطفل ،

بإخراجه من حيز الكمون إلى حيز التحقيق الخلاق في الواقع.

ثانيا: الاهتمام المنقافة الإبداع، والمقافة الذاكرة، وهذا راجع إلى أن الإبداع هو الشرط الصرورى لكون الإنسان إنسانا ، فالإنسان مزود بتنظيم عقلى فريد ، وخيال خصب .. ومن ثم عليه أن يحسن توظيف عقله وخياله في طريق الإبداع ، أما ثقافة الذاكرة ، فهي تمثل ذاكرة الأمة التي تحفظ للإنسان موروثاته الثقافية ، وقيمه الروحية وتقاليده الراسخة .

ثالثاً : الاهتمام بالمتفوقين عقلياً وبأصحاب المواهب المتميزة ، لأنهم قاطرة المسيرة نحو التقدم وحينما تكون هناك قاطرة واحدة ، فإنها تكفى لجر عربات القطار إلى الأمام .

رابعا: تنمية النواحى الجسمانية ، فالطفل كائن نمائى ونموه محصلة لما هو جسمى ونفسى واجتماعى ، وبقدر ما تهتم أيضا المدرسة بالنواحى الذهنية ، عليها أن تهتم بالنواحى البدنية التى أصبحت معياراً يقاس عليه تقدم الأمم وازدهارها اليوم .

خامساً: تنمية التساؤل والبحث عن المعرفة واقتحام المجهول والتنقيب عن المعنى الجديد ، وتأصيل روح المشاركة في صنع قرارات الفصل . وإبداء الرأى والنقد والشعور بالحرية والاستقلال والالتزام ضمن قيم وتوجهات مجتمع المدرسة كانعكاس ثقافي واجتماعي للمجتمع .

سادساً: الاهتمام بالأطفال الذين يعانون من تأخر دراسى واضطرابات انفعالية وانحرافات سلوكية وحاجات خاصة بإرشادهم نفسيا وباستخدام الوسائل العلاجية التي تساعد على تجاوز هذه الاضطرابات وتلك الانحرافات.

سابعاً: تعميق الأهداف العامة للإرشاد النفسى الذى يكمن فى الوعى بالذات وتقبلها والإمساك بها بما تنطوى عليه من قوة وضعف والسعى نحو التكامل النفسى عقليا وجسمياً ووجدانياً.

وهذا يتحقق عن طريق إثراء الخبرة المدرسية التي تتمثل في دائرة تبدأ بالوعى بالذات وتنتهى به ، مروراً بالانفتاح على الخبرة ، تقبل الذات ، الامتلاء بالمعنى، في الحياة الواقعية في الأهداف والتزوع تحو المستقبل ، التوافق مع المجتمع، التمتع بتصور إيجابي عن الذات وعن المستقبل .

The state of the s

الإرشاد الأسري Family Counselling

الأسرة هي الخلية الأولى في المجتمع ، هي ذلك الرحم الاجتماعي الذي تنبت فيه بذور الشخصية ، وهي التي تساعد على تحقيق تلك الوثبة الكيفية التي تنقل الإنسان من مملكة الحيوان إلى مملكة الإنسان ، فالإنسان يولد مزود بعتاد غرائزي محض ، بيد أنه يولد وهو مزود بإمكانات الطبيعة الإنسانية في أرقى مراتبها ، لأنه مزود بتنظيم عقلى فريد ، وخيال خصب وضمير أخلاقي ، ومن ثم فإن الغرائز عند الإنسان تعمل في هامش ضيق محدود بينما تحتل المقدمة لديه إمكانات لا حصر لها ، وليس لها وجود عند سائر عالم الحيوان .

وإنسانية الإنسان لا تتحقق بغير أسرة وتربية وتطبيع اجتماعى ، وعن طريقهم تتفجر إمكانات الإنسان وقدراته ومواهبه ويستطيع أن يعى ذاته ، وأن يبحث لنفسه عن هوية ، وعن موقع في صميم العالم .

يقول فروم Fromm (۱۹۷۹) وإن الإنسان يمكن تعريفه بأنه الحيوان الذي يستطيع أن يقول أناه ، فالحيوان موجود في باطن الطبيعة لا يتجاوزها ، وليس له وعي بذاته ، وليست به حاجة إلى الإحساس بهويته ، بيد أن الإنسان بما أوتى من عقل وخيال يستطيع الانفصال عن الطبيعة وأن يكون تصوراً عن نفسه ، وأن يشعر ويقول I am I وهذا الشعور بالكينونة الذي تبدأ جذوره الأولى أسرياً - يفجر إمكانات الإنسان ، ويحقق له الحرية والتقدم والمستقبل .

وقد تعترض مسار الأسرة عوائق واضطرابات اجتماعية وضغوط نفسية واقتصادية ، تحول دون نمو أفرادها نموا سليما يتصف بالإحساس المتين بالثقة بالنفس، والشعور بالأمن ، والمضى قدما بالإمكانات دون خوف من مجهول ، أو اضطراب يعوق نمو الطفل ونموه السليم .

هاهنا يصبح الإرشاد الأسرى صرورة لتقديم خدمات إرشادية تساعد فى الكشف عن أسباب الاضطرابات الأسرية ، ومحاولة التغلب عليها عن طريق أعضاء الأسرة كمجموعة ، بحيث تتحقق أفضل صور للتفاعل ، وتختزل مواقف الصراع والتصادم .

ويتم الإرشاد النفسى إما عن طريق كل فرد على حدة (الأب ، الأم ، الأولاد) أو بشكل جماعى ، بغية تحقيق الاستقرار والتوافق الأسرى .

وقد انتشر الإرشاد الأسرى مع بداية الخمسينيات من القرن العشرين ، وكانت

بدايته فى الولايات المتحدة الأمريكية ، حيث برع علماؤها فى تقديم البرامج الإرشادية والخدمات الأسرية التى تتعامل مع الفروق الثقافية والعرقية التى تنتج عن زواج متباين من حيث المكون العرقى والتكوين الثقافى ، والمشكلات التى تظهر نتيجة لصغوط العمل والإنتاج والبطالة والتفكك الأسرى .. وتكاد تكون المشكلات الأسرية بين الناس واحدة وإن اختلفت المسافات والمجتمعات ، ويتمثل بعضها فى وقت الفراغ ، البطالة ، الإدمان ، مشكلات المرأة العاملة ، سيكولوجية الزحام ، ضغوط العمل ، المنطراب العلاقات الوالدية ، صدمة الحروب والأعراض التالية للصدمة ، التفاوت فى العمر ، مشاكل الإنجاب والعقم ، تعدد الزوجات ، الخيانة الزوجية ، الصراعات المزوجية ، الإعاقة الذهنية وإنجاب أطفال من ذوى الاحتياجات الخاصة وما إلى ذلك من مشكلات .

وهنا تبرز الحاجة إلى الخدمات الإرشادية التي تهدف إلى :

- * مساعدة أفراد الأسرة على أسباب الخلل والاضطراب في العلاقة الزوجية وكيفية علاجه في إطار من الفهم المشترك .
- * مساعدة أفراد الأسرة على إزالة سوء الفهم المتبادل وإزالة الغموض الذى يكتنف العلاقة الزوجية ، وتحقيق التواصل من خلال المكاشفة ووضوح الرؤية والهدف .
- * مساعدة أفراد الأسرة على تحديد السلوك الذى ينبغى أن يكون سائدا بين أفراد الأسرة ، وتدريبهم على كيفية القيام به ، وكيفية صبط الانفعالات وإرجاء الاستجابة الانفعالية وإطفاء السلوك غير المناسب .
- * مساعدة الأسرة على تعميق مشاعر التواصل والثقة المتبادلة ، ومشاعر التقدير والاحترام والحب وتجاوز المشاعر السلبية وسوء السلوك .
- * تعميق المشاعر التي ترسخ ،قوة الحب، بين طرفي العلاقة الزوجية ، لا، حب القوة، حيث الرغبة في الهيمنة والتسلط وسحق مشاعر الآخر .
- * الإيمان بأن المرأة لها دورها الفعال في الأسرة ، وهي الرحم والسكن والمستقر ومنبع السكينة والمودة وأن «التراحم» في العلاقة الزوجية هو الذي يقيم أسس الاستقرار ، ويقوى دعائم الثقة ، ويضفى على العلاقات الزوجية جواً من الأمن والاستقرار والسكينة .

- * مساعدة الوالدين الذين شاء قدرهم أن يكونوا آباء لأطفال من ذوى الاحتياجات الخاصة على تقبل الإعاقة ، وعلى الإحساس بقيمة ما يقوم الوالدان به في سبيل ابنهما المعاق دون إحساس بالذنب أو بالنقمة والإهمال لهذا الابن المعاق.
- * تأكيد عدم إساءة معاملة الأطفال الصغار وإتاحة الفرص لهم على تكوين شخصياتهم المستقلة ، وتنمية مواهبهم وإشباع تعطشهم المتواصل للمعرفة وعدم إحباطهم عن التساؤل أو الدهشة ؛ لأن التساؤل هو المعبر المؤدى إلى الإبداع ، وأن الدهشة كانت وسيلة الإنسانية نحو الخلق والإبداع ؛ ومازالت.
- * تنمية مشاعر التقدير والاحترام والتسامح رغم التباين مع الآخرين ، الذين يختلفون معنا في الدين والعرق والوطن ، مؤمنين بأن التسامح يكمن في حرية الآخر في الفكر والاعتقاد ، وأن لا تسامح إلا من خلال هذين المحورين .

وثمة مجموعة من النظريات التي تستند إليها البرامج الإرشادية الأسرية من أبرزها:

نظرية الأنساق العامة: General System Theory

ويرى أصحاب هذه النظرية أن العلاقات الأسرية تمثل نسقاً ، قد يتصف بالانفتاح وقد يتصف بالانفتاح وقد يتصف بالانفلاق ، والانفتاح معناه أن ثمة تواصلا بين أفراد الأسرة ، وأن العلاقة تتسم بالمرونة العقلية وبالتسامح وفى إتاحة الفرصة لكل فرد أن يكون نفسه ، وأن يعبر عن آرائه بحرية وأن ينمى مكوناته العقلية والوجدانية بغير قهر أو تسلط .

أما النسق المغلق فهو أشبه بالدوجماطيقية Dogmatism حيث الثنائية القطعية، فكل شيء إما أسود أم أبيض ، صواب أم خطأ ،أي إنه لا توجد مساحة من التفاهم أو الالتقاء بين أفراد الأسرة ، وأن الجمود والانغلاق الفكري هما السمة المميزة للعلاقة بين أفراد الأسرة ، وأن التعصب في الفكر والسلوك والمواقف هو الإطار الذي يحكم العلاقة الزوجية .

وقد أكدت نتائج البحوث أن آباء مثل هذه الأسر، قد عانوا في طفواتهم من التسلط والهيمنة وأنهم اعتادوا الإيمان بالفكرة الواحدة والرأى الواحد والغاية الواحدة

والترجه الواحد وأنهم يفتقرون إلى المرونة سواء أكانت عقلية أم نفسية، وأنهم يعانون من مشاعر إثم عارمة ويعيشون نهبا للخوف والتوجس وتوقع الشر، وينشغلون بطقوس قهرية تشبه هؤلاء الذين تهيمن عليهم أفكار غير معقولة وتوجهات ليس لها مصداقية.

نظرية التواصل Communicative Theory

تعتبر فريجينا ستير Satir أول من بلور هذه النظرية ، مؤكدة أهمية ترابط الأسرة ، باعتباره العروة المتينة التي يقام على أساسها الشخصية السوية في الحياة .

وتؤكد ضرورة الانفتاح على الخبرة والتجربة وأن الحياة تؤخذ بالمبادأة وأن الثقة بالنفس هي أساس الثقة في الآخرين ، وأن التواصل بين أفراد الأسرة يقيم علاقة تقوم على الاحترام والتقدير والتواصل .

وإذا ما انقطع التواصل بين أفراد الأسرة حدث الاضطراب الاجتماعي والأسرى والنفسى بين أفراد الأسرة.

ونفرق بين التواصل الفعال والتواصل المضطرب:

الأول: يقوم الحرية والمرونة والانفتاح الفكرى والتواصل الوجداني والإحساس بالثقة والأمن وتلقائية التعبير عن المشاعو والوجدانيات .

الثانى: يقوم على الخوف والكبت والعدوانية والانغلاق الفكرى ، وعدم التسامح ومن ثم التعصب ، والإيمان بأفكار وتوجهات وآراء قد تكون غير معقولة وتتسم بالجمود والتعصب .

ويتصف أصحاب هذا التوجه بالامبالاة والإحساس بالذنب والافتقار إلى تقدير الذات ، وضعف العلاقات والانغلاق ، وغيبة التلقائية في التعبير عن المشاعر والحقوق.

وثمة استراتيجيات ينبغى أن توضع كأساس لإرشاد مثل هذه الأسر يتمثل بعضها في :

- * تشجيع أعضاء الأسرة على تلقائية التعبير بغير خوف أو فقدان أمن .
- * تدعيم قيم التسامح التي تعنى أننا لسنا معصومين من الخطأ ، وأن علينا أن نتقبل نقاط الضعف ومكامن القوة في صلب تكويننا

- * تدعيم روح الحوار والمشاركة الوجدانية والمناقشة وحسن الاستماع لكل فرد .
- * الإقرار بالتمايز والتفرد بين أفراد الأسرة ، وأن من الصعب أن نكون جميعا نسخا كربونية لا تمييز بين أفراد الأسرة .
- * تأكيد روح الفريق والعمل كجماعة ، مع الإيمان بتفرد كل فرد وتميزه ، والإيمان بقوة الأسرة في وحدتها .

ومن هذا العرض: يتبين ضرورة الاهتمام بالأسرة باعتبارها الركيزة الأساسية صوب الانطلاق إلى المستقبل في عصر لم يعد يعترف إلا بالكيانات القوية التي تستطيع أن تجد لنفسها موقعا في هذا العالم.

والاهتمام بالأسرة يستلزم:

- * الإعداد الأكاديمي والمهني للمرشد الأسرى قبل وأثناء الخدمة .
- * الاهتمام بالثقافة الإرشادية ، وكيفية وصولها إلى الأسر وإلى الآباء والأمهات، عن طريق وسائل الاعلام والمراكز المتخصصة والجامعات والجمعيات الأهلية التي تعنى بالأسرة والطفولة وذوى الاحتياجات الخاصة.
- * أهمية التدخل المبكر بالإرشاد النفسى وبطرائقه المختلفة في الأزمات الأسرية التي تنتج عن المرض أو فقدان العائل أو عن المواقف الضاغطة .
- * تأكيد أهمية العلاقات الأسرية التي يسودها المودة والرحمة ومن ثم الإحساس بالأمن والسكينة والتوافق بين أفراد الأسرة والمجتمع.
- * ترسيخ مشاعر الانتماء للوطن ولهويته الثقافية ولغته القومية وتوجهاته الفكرية والعقائدية داخل الأسرة أولاً.
- * تعميق قيم التسامح والتباين في الآراء من خلال إطار يتسم بالتقبل والتشجيع على الاختلاف في الفكر.
- * الاهتمام بالأطفال ذوى الاحتياجات الخاصة وعدم الإساءة إلى الطفل واحترام عالمه المتميز، وتعطشه المعرفي وحاجته إلى التساؤل بحرية.

الإرشاد النفسى في العالم العربي

ثمة حركة فعالة على مستوى العالم العربى ، تتخذ من الإرشاد النفسى منطلقا للتعامل مع كثير من الاضطرابات النفسية والاجتماعية والمدرسية والأسرية إضافة إلى الحاجات النوعية لذوى الاحتياجات الخاصة ، من خلال برامج وطرائق واستراتيجات الإرشاد النفسى .

والإرشاد النفسى - كعلم وفن - فى حالة من التطور المتواصل ، ليس على مستوى العالم فحسب بل وعلى مستوى العالم العربى ، فهناك تعاظم للمشكلات الفردية والاجتماعية والنفسية ، ثم أن الواقع قد يفرز استجابات قد يتسم بعضها باللاتوافق وبالتطرف فى الفكر والسلوك والمواقف ، ومن ثم كانت الحاجة - وما زالت - ضرورية لتعميق وترسيخ الإرشاد النفسى فى كافة قطاعات الحياة سواء منها المهنية أو الأسرية أو التعليمية ويمكن تحديد بداية حركة التوجيه والإرشاد النفسى والتربوى بإنشاء العيادة النفسية فى مصر عام ١٩٣٤ على يد العلامة الكبير الأستاذ والتكتور عبد العزيز القوصى الذى يعتبر أول من حصل على درجة الدكتوراه فى علم النفس من جامعة لندن ١٩٣٢ . وللقوصى إسهاماته العالمية والعربية الثرية فى محتواها، والمستقبلية فى توجهها .

والعيادة النفسية - كانت وما زالت حتى اليوم - ملحقة بقسم الصحة النفسى جامعة عين شمس ، وهي تمثل مركزا للإرشاد النفسى والعلاج النفسى للتعامل مع مشكلات الأطفال والمراهقين وذوى الاحتياجات الخاصة ، واضطرابات النطق والكلام، والاضطرابات النفسية ، كما تمثل مركزا لتدريب الاختصاصين والمعلمين في مجالات الإرشاد ولا سيما في المدارس .

وتقوم خطة العمل بالعيادة على أساس عمل الفريق العلاجى والإرشادى حيث تتضامن الجهود النفسية والطبية والطب نفسية والاجتماعية فى العلاج والإرشاد ؟ بحيث يتم تفاعل واشتراك الفريق العلاجى كل فى تخصصه فى تقديم الخدمات الإرشادية والعلاجية للحالات والوصول إلى رأى نهائى فى التشخيص والإسهام الإيجابى فى وضع خطط العلاج.

ومن أهم الخدمات التي تضطلع بها العيادة النفسية :

* علاج وإرشاد الاضطرابات النفسية المختلفة التي يتعرض لها طلاب الجامعات والمعاهد العليا وتلاميذ المدارس المختلفة . * علاج وإرشاد مشكلات الطفولة سواء كانت متعلقة بنواحى التوافق فى المدرسة أو الأسرة ، إرشاد حالات التأخر الدراسى وتشخيص حالات الضعف العقلى وتقديم المساعدة عن طريق الخدمات اللازمة لهذه الحالات.

- * إعداد وتقنين أدوات ومقاييس التشخيص النفسى ، على نحو وفر كثيراً من الأدوات المساعدة في عملية التشخيص النفسى .
- * إقامة دورات تدريبية وإرشادية في كافة أشكال العلاج النفسى والإرشاد والتوجيه النفسى ، مثل العلاج والإرشاد عن طريق التحليل النفسى ، العلاج السلوكى ، والتيار الإنسانى ، إضافة إلى طرائق الإرشاد المعرفى والسلوكى وما إلى ذلك .

وثمة ملاحظة أساسية أن بداية حركة الإرشاد النفسى قد بدأت فى الثلاثينيات من القرن العشرين فى عالمنا العربى ، وهى الفترة نفسها التى بدأت فيها فى الولايات المتحدة الأمريكية .

وقد شهدت حركة الإرشاد النفسى فى العالم العربى ازدهاراً وتطوراً فى فترة الخمسينيات والستينيات ، وما زالت هذه الحركة متواصلة التقدم والعطاء ، وتمتد لتستوعب كافة أقطار الأمة العربية حيث الاهتمام بالإرشاد باعتباره :

- * ركناً رئيساً في إعداد المعلم العربي القادر على التعايش مع منطلبات هذا العصر ، مستنداً إلى معاييره القيمية والروحية المستمدة من ثقافته .
- * تمكين المعلمين من المهارات الإرشادية في التعامل مع التلاميذ ، والتعامل مع المشكلات الطلابية والنفسية باقتدار ومعرفة .
- * إقامة المؤتمرات والندوات والدورات التدريبية التي تعمق مفاهيم الإرشاد وما ينطوى عليه من مهارات وطرائق وأساليب إرشادية ؛ إصافة إلى تحقيق التواصل العلمي المنشود .
- * إنشاء مراكز للإرشاد النفسى والتربوى بعضها تابع للجامعات العربية والبعض الآخر تابع لوزارت التربية والتعليم ، وجميعها تعنى إرشاد وتوجيه الطفل والأسرة والطالب في مختلف مراحل التعليم .
- * الاهتمام بإصدار الدوريات والمجلات العلمية المتخصصة في مجالات الإرشاد النفسي وتطبيقاته الميدانية .

- * تنامى حركة إعداد المرشد النفسى المدرس الذى يضطلع وعلى نحو مباشر بمشكلات الطلاب والأطفال داخل المدارس .
- * الاهتمام بالإرشاد لذوى الاحتياجات الخاصة وتطور البرامج والتقنيات والاستراتجيات التى تهتم بهذه الفئات ، وبطرق إعادة تأهلهم تربويا ونفسياً .



.

	الثاني	القصل		
--	--------	-------	--	--

أولاً: التحليل النفسي

نظريات الإرشاد النفسى

تشير السيكودينامية Psychodynamic إلى مدرسة التحليل النفسى ، الذى يعتبر فرويد Frued هو رائدها ومؤسسها الأول .

وتتطابق سيرة حياة فرويد مع نظريته في التحليل النفسى ، فقد تطورت هذه النظرية بتطور مراحل حياته وتطور نموه المعرفي والإكلينيكي .

سيرة ذاتية :

ولد فرويد في فريبيرج بموارفيا ٦ مايو ١٨٥٦ ، ثم انتقلت الأسرة إلى قيينا ، وهو ما يزال في الرابعة من عمره ، واستمر في قيينا حتى بلغ الثانية والثمانين عاماً وكان شديد الولع بالفلسفة والتاريخ وأساطير الشعوب وعقائدها .

قرأ دارون وهو طفل ، وترجم إلى الألمانية أحد أجزاء المجلد الضخم الذى حوى كتابات المفكر الاقتصادى الاجتماعى ،جون استيوارت مل، واهتم بدراسة الكيمياء والفسيولوجيا والتشريح ، واشتغل بضع سنين فى معمل الدكتور ،فون بروك، ثم التحق بالمصحات النفسية وتتلمذ على يد ، ،منيرت، أستاذ تشريح المخ .

وتزوج في عام ١٨٨٦ من مارتابير نايز ، وأنجب منها ستة أطفال أصغرهم عالمة النفس الشهيرة وأنا فرويد، .

وفى الثالث والعشرين من شهر سبتمبر ١٩٣٩ رحل فرويد عن عالمنا عن ثلاثة وثمانين عاماً فى لندن التى رحل إليها قبل وفاته بعام واحد .

بدأ فرويد حياته العملية طبيباً للأمراض العصبية ، مستخدماً الجلسات الكهربائية كوسيلة للعلاج ، ثم اكتشف عقم هذه الوسيلة ، فاستخدم مع صديقه بروير Breuer طريقة التنويم المغناطيسي ، وتتلخص طريقتهما في إضعاف القيود التي يفرضها الشعور على الذكريات المكبوتة حتى تتاح لها فرص التعبير عن نفسها ،

وكان المريض فى أثناء معاناته لخبرات الماضى الصاعدة من اللاشعور يتخلص من الأثر الصدمى المؤلم الذى تحدثه هذه الخبرات ، فتطهر نفسه وتستعيد إلى حد كبير سيطرتها على نفسها ، ونجحت هذه الطريقة مع بعض المصابين بالأعراض الهستيرية ، غير أن فرويد كان يشعر بأنه لم يصل بعد إلى معرفة ، جذور المرض، ومعرفة القوى الضاغطة التى تتحول إلى هذه الأعراض .

ورأى فى التنويم المغناطيسى طريقة علاجية ناقصة تسلب المريض إرادته ، وأن العلاج يقتضى إشراك المريض فى العملية العلاجية ، لأن الغرض من العلاج هو تقوية الأنا لا إضعافها .

وانتهى فرويد فى السنوات العشر الأخيرة من القرن التاسع عشر إلى التحليل النفسى ، حيث استبدل بالتنويم المغناطيسى ما يعرف فى التحليل النفسى بالتداعى الطليق Free - association ، وهى طريقة تتلخص فى أن يقول المريض كل ما يخطر على ذهنه من معان وأفكار وصور مهما بدت له تافهة أو مستهجنة أو عشوائية السياق ، وهذه الطريقة تتيح للانفعالات المكبوتة أن تنطلق من مكامنها فى اللاشعور ، مما يتيح للمعالج تفسير ما يبدو عشوائياً فى تتابعه تفسيراً يرجع إلى الحتمية النفسية ، ثم اكتشف فرويد ظاهرة والطرح أو التحويل، حيث يسلك المريض ما كان يسلكه تجاه والديه ، والمريض بذلك يعيش ماضيه فى حاضره . وللطرح الموجب فائدتان ، الأولى : يتيح للمعالج أن يفهم ما هو كامن داخل لا شعور المريض ، والثانية تعلم المريض نفسه كيفية السيطرة على الانفعالات والمواقف التي عجز فى الماضى عن السيطرة عليها ، ولا يصل المعالج إلى ذلك إلا عن طريق ما يسميه فرويد بالحيادية .

وتتميز هذه الفترة بالاهتمام المتزايد بالمقاومة والطرح ، وبتحديد الأمراض التي يصلح لها التحليل النفسى ، وازدياد أهمية العقدة الأوديبية والاهتمام بسيكولوجية الأنا وانشقاق ،أدلر، وويونج، عن أستاذهما ،فرويد، ، فقد اهتم ،أدلر، بالعدوان والأنا أكثر من اهتمامه بالجنسية واللاشعور، بينما اهتم ويونج، باللاشعور الجمعى والتفسير الرمزى لعقدة أوديب . ومن الناحية العلاجية انتقل الاهتمام عند كل منهما بالصراع الراهن بدلاً من الصراع الماضى كمحور للتحليل النفسى .

وجاءت المرحلة الثانية عم ١٩٢٠ حيث عدل فرويد في نظريته عن الغرائز والجهاز النفسى . فلم يعد التفسير يتمثل في صراع بين الغرائز ، وإنما في دفاع الأنا ضد الدوافع الغريزية والانفعالات المتباينة .

ولم تتوقف اكتشافات فرويد عند التحليل النفسى واللاشعور ، بل تخطت ذلك إلى تقديم تفسيرات جد عميقة لأساطير الأمم والشعوب والمعتقدات والأحلام وتصنيفات الأمراض النفسية وما يصاحبها من أعراض بيولوجية .

باختصار ، فإن قدرة فرويد ، تكمن فى إخصاعه غير المعقول والمتناقص للتفسير العقلى ، ومن ثم استطاع أن يكشف عن قوة العقل الإنسانى وضعفه على السواء ، واعتبر الإنسان ساحة معركة تتصارع فى داخلها الغرائز والعقل والوعى .

ولهذا يشير مصطلح علم النفس الدينامى ، إلى الصراع المحتدم داخل الفرد بين جوانب الشخصية المختلفة : الغرائز والدوافع والحوافز ، والدينامية عنده محصلة للصراع بين قوتين متعارضتين ! بين مكبوتات تريد أن تخرج ودفاعات تعترض طريقها في صورة مقاومة .

وكان هدف فرويد الأساسى أن يمسك الإنسان بالقوى اللاشعورية فى داخله ، وأن يعرف حقيقة نفسه ، ووقتها سيتحرر من أغراضه المرضية ، ولهذا جعل من هذه الجملة ،الحقيقة هى التى ستحررك المبدأ الهادى فى فن التحليل النفسى .

ولعل من أهم مؤلفاته:

1 - The Interpretation of The Dreams,

تفسير الأحلام:

2 - Introductory Lectures on Psycho-Analysis

محاضرات تمهيدية في التحليل النفسي.

3 - The Future of an illusion

مستقبل وهم

4 - Civilization and Its Discontents

الحضارة ومنغصاتها

5 - New Introductory Lectures on Psychoanalysis

محاضرات تمهيدية جديدة في التحليل النفسي

5 - An outline of Psychanalysis

أسس التحليل النفسي

7 - Beyond the pleasure principal

ماوراء مبدأ اللذة

8 - The Ego and the Id.

الأنا والغرائر .

وقد ترجمت معظم هذه الكتب إلى اللغة العربية .

نظرية التحليل النفسى:

يشير التحليل النفسى إلى نظرية عامة فى الشخصية والمرض النفسى ؛ وإلى منهج فى البحث ؛ وفن فى العلاج النفسى يستند إلى هذا المنهج ؛ وإلى مجموعة من المعارف النفسية يتألف منها نظام علمى جديد .

- ١ اهتم فرويد بالدوافع وبنيان الشخصية وما يرتبط بها من اقتصاديات نفسية ومفاهيم طبوغرافية أو دينامية ، كما إنها تشمل مركبات مثل الهى ID والأنا Ego والأنا العليا Super ego ، ومبادئ مثل مبدأ اللذة ومبدأ الواقع ومفاهيم مثل اللاشعور ، الجنسية الطفلية ونظرية اللييدو وعقدة أوديب وتتمثل هذه النظرية خير تمثيل في : كتابة ،ثلاث مقالات في نظرية الجنسية ، :
- ٢- منهج التحليل وهو عبارة عن طرائق فرويد في علاج اضطرابات الشخصية وتتمثل في التكتيك الذي ابتدعه فرويد لعلاج الاضطرابات النفسية مثل: التداعي الحر وتفسير الأحلام والأعراض في إطار تحليلي والميكانزمات الدفاعية مثل: الإزاحة والتكثيف والإسقاط ومفهوم الحتمية النفسية.
- ٣- مجموعة المعارف النفسية في العلاج تتناول ما يحدث داخل الجلسة العلاجية من طرح transferance ومقاومة

وكان فرويد يعتقد أن أى طريقة للعلاج يمكن اعتبارها تحليلاً نفسياً إذا تناول عن قصد تفسير الطرح وفك المقاومة . ولا يتحقق ذلك إلا من خلال فهم الجهاز النفسى على النحو الذى افترضه فرويد .

الجهاز النفسى ويناء الشخصية:

يقرر فرويد أن الجهاز النفسى تتحكم فيه ثلاث منظمات فرعية هي إلهي ID والأنا Ego والأنا العليا Super ego ، وهذه المنظمات في حالة من التفاعل المستمر ، وأن سلوك الإنسان ما هو إلا محصلة لتفاعل هذه القوى الثلاث .

الهـــــى :

مصدر الدوافع والغرائز الإنسانية ، وهى الجانب الموروث من الشخصية لأنها مستودع القوى الغريزية . ثم النزعات المكبوتة لأنها المادة الأولى التى يتمايز منها الجهازان الآخران : الأنا والأنا العليا ، ويحتوى جهاز الهى على القوى الغريزية وعلى المكبوتات من خبرات ووجدانات أعيدت مرة ثانية دون أن تدخل إلى الشعور ، وهى

التى تمدنا بالطاقة النفسية اللازمة لعمل الشخصية بأكملها ، تمد النظامين الآخرين بالطاقة اللازمة لعملياتهما ، كما تحتوى الهى على كافة العمليات العقلية المكبوتة التى فصلتها المقاومة عن الأنا ، أى عن الشعور ، ومن هنا فإن الهى تنطوى على جزء فطرى وآخر مكتسب .

والمبدأ الذي يحدد عمل الهي هو مبدأ اللذة Principle of pleasure ، لأنها تهتم فقط بإشباع الحاجات البيولوجية وتتجنب الألم، مدفوعة بقوة غريزية غفل لاتراعي المنطق أو الأخلاق أو الواقع ، وداخل الهي لا تناقض بين القوى الغريزية أوعلاقات منطقية أو زمانية ، فكل شيء مباح طالما يحقق لذة ، وهذه القوى الغريزية تحتوي على الغرائز العدوانية والجنسية .

الأنسا:

وينشأ الأنا Ego نتيجة لاحتكاكه بالواقع عن طريق نمو الإدراك والتفكير، ويعمل الأنا وفق مبدأ الواقع، لأنه وسيط فعال بين الهى والواقع، بين دمدمة الغرائز والحاحها مقتضيات الواقع وشرعيته، ومهمته الأولى تكمن في إدراك الواقع والتكيف معه والإشراف على النشاط الإرادي وحفظ الذات، وتحقيق التوافق الضروري للحياة، وجدولة الدوافع، وتعديل مستوى الإمكانات، وبزوغ الإمكانات والقدرات الإبداعية والخلاقة.

ويقوم الأنا بالتحكم في المطالب الغريزية مراعاة لمقتضيات الواقع ، بإصدار أحكامه ، فيما إذا كان سيسمح لرغبات الهي بالإشباع أم سيؤجل هذا الإشباع، أم سيقمع الرغبة ويقاوم إلحاحها ويكبتها . ولهذا يمثل الأنا والحكمة وسلامة التفكير والعقل . وهو في قيامه بالتوفيق بين رغبات الهي ، ونواهي الأنا العليا وقواعد الواقع الخارجي إنما يقوم بالتوفيق بين رغبات متصارعة ومتعارضة ، وهذا ليس أمراً سهلاً، بل إنه قد يسبب القلق للأنا .

وإذا شعر الأنا بالقلق ، فإنه يحاول التخفيف من حدته والتغلب عليه عن طريق للمتخدام الحيل الدفاعية Defense mechanism التى تمثل القوى الكابتة والتى قد المتخدام الحيل الدفاعية Depression ، النكوص Regression ، التكوين العكسى -re undo ، العناء projection ، والإسقاط isolation عدم العمل - action formation ، الإعلاء sublimation والأنا هو مركز الشعور ، غير أن كثيراً من عملياته قد توجد في حال ما قبل الشعور Pre-Conscious ، فقبل الشعور أشبه ما يكون بمخزن يمد الشعور بالذكريات أو الدوافع التى تثير عند الفرد مشاعر الاستهجان أو أحاسيس الخطر ويخضع ما قبل الشعور لمبدأ الواقع .

Super Ego: الأنا العليا

وينشأ اشتقاقاً من الأنا ، بمعنى أنه الصورة المثالية للأنا ، أو الضمير ، أو المعيار القيمى لما ينبغى أن يكون عليه السلوك الإنسانى ، وهو ينشأ نتيجة لاستدخال قيم الوالدين المثالية والمدرسة ومعايير المجتمع وثقافته الرفيعة المستوى فى داخل الفرد، والاختلاف بين الخير والشر .. بين الحلال والحرام .. بين الحسن والقبيح ، وهذا التشرب للقيم هو الذى يشكل الضمير الخلقى وهو أساس تقدير الذات ومشاعر الإثم ؛ التحالف بين الأنا والأنا العليا هو الذى يضمن الدفاع ضد الغرائز ، والآنا العليا تنزع نحو المثل العليا ، وتتجه نحو الكمال ، وتوجه الأنا – ليس فقط – نحو كف الرغبات الغريزية للهى وبخاصة الرغبات الجنسية والعدوانية ، بل صوب القيم الخلقية والمثل العليا ولهذا تسمو الأنا العليا فوق مبدأ اللذة ومبدأ الواقع إلى معنى المثالية والكمال . Completion principle .

ويتكوين الأنا العليا تتسع دائرة عمل الأنا ، فبعد أن كان يعمل وسيطاً بين الهي والواقع الخارجي ، أصبح عليه أن يتوسط بين الهي والأنا العليا والواقع .

فعل الأنا أن يقاوم رغبات الهى ، ويراعى مطالب الواقع ومعايير الأخلاق فى مستواها الرفيع ، فإذا استطاع أن يوفق بين هذه النواحى الثلاث من الشخصية . عاش الفرد حياة متزنة متوافقة ، واتسمت شخصيته بالسواء ، أما إذا تغلبت عليه مطالب الغريزة ، وعجز عن كبح رغباتها بطرق مقبولة اجتماعياً أصبح الفرد خطرا على نفسه وعلى المجتمع ، وإذا تغلبت عليه مطالب الأنا العليا ، أصبح الفرد نهباً لمشاعر الذنب والإثم والخزى والاشمئزاز ، الأمر الذى يسلبه القدرة على الاستمتاع بالحياة ، ويجعل حياته جحيماً لا يطاق .

ومن هنا فإن التوازن بين مطالب أجهزة النفس الإنسانية هو الذى يقيم السواء الإنسانى ، وهذا التوازن لا يكون إلا بين ضدين ونقيضين ، بين حسى غرائزى محض، وروحى مضئ ومتعال ، بين رغبات ملحة ينبغى إشباعها ولكن تحت راية الواقع ومقتضياته الشرعية والقيمية ، حياة فكرية وإبداعية نسعى إلى بلوغها.

وهذه القوى الثلاث لا تعمل كقوى مستقلة عن بعضها داخل الفرد ، إنما هى وظائف نفسية متباينة ومتصارعة داخل الفرد ، الهى تمثل الجانب البيولوجى والفطرى والغريزى والعدواني من الوجود الإنساني ، والأنا المكون النفسى الذي يعمل وفقاً لمبدأ الواقع ، والأنا العليا تمثل المكون القيمي والمعياري أو الضمير الخلقى للإنسان .

مفاهيم أو تصورات أساسية في التحليل النفسي

ثمة مجموعة من المفاهيم أو التصورات الأساسية هي التي أعطت التحليل النفسي طابعه المميز ، وتتمثل في :

١ – الدينامية:

مفهوم أساسى فى التحليل النفسى ، يفسر الظواهر النفسية باعتبارها ظواهر دينامية ، أى محصلة لصراع القوى المتعارضة فى داخلنا ، والقوى الداخلة فى الصراع هى الحوافز الغريزية ذات الأصل البيولوجى (حفزات جنسية وحفزات عدوانية) : وحوافز مضادة لها ذات أصل اجتماعى . ولو طبقنا هذا المفهوم على الأحلام ، لقلنا إن الحلم من حيث هو سلوك ، لايخرج عن كونه محصلة لصراع بين قوتين ، مكبوتات تريد أن تخرج ودفاعات تعترض طريقها فى صورة رقابة ، والأعراض المرضية ليست غير محصلة للصراع بين المكبوتات والدفاعات .

٧- الطبوغرافية أو البنائية :

ويقصد بها أن كل صراع لابد وأن يتم بين منظمتين ، فلا صراع داخل الهى ، ولا صراع داخل الأنا ، بل يكون الصراع بين هاتين المنظمتين ، بين الهى بحفزاتها الغريزية والأنا بدفاعاتها المختلفة ، وغالباً ما تساند الأنا العليا الأنا في وقفتها ضد الهي .

٣ - الاقتصاديات النفسية:

يشير هذا المفهوم إلى كمية الطاقة النفسية التى يولد الفرد وهو مزود بقدر ثابت منها ، يضيع قدر من هذه الطاقة في صورة مكبوتات ، ويضيع البعض الآخر في صورة دفاعات ، وتكون الطاقة المتبقية تحت تصرف الجانب الشعوري وقبل الشعوري من الأنا ، معياراً لقوة الأنا . وكلما كانت هذه الطاقة كبيرة في كميتها كان نصيب الفرد من قوة الأنا أكبر وأشد ، وكانت قدرته على مواجهة الإحباطات والتوافق مع الواقع وبزوغ الإمكانات والقدرات أشد فاعلية وقدرة . ومهمة التحليل رفع مستوى المكبوتات إلى مستوى الشعور وإلغاء الدفاعات المرضية ، الأمر الذي يعيد للأنا قوتها وللشخصية حضورها الفعال في عالم الواقع .

٤ - مراحل النمو عند فرويد

يفترض فرويد وجود مناطق شبقية في البدن (لذة شهوية) ، وإن للأطفال حياة جنسية ، أو بمعنى آخر ،إن الطفل الصغير كائن غريزى ملئ بحوافز جنسية عديدة أشكال الانحراف Polymorphous Pervers .

ويقسم فرويد مرحلة الطفولة إلى عدد من المراحل النمائية التى يعتبرها مراحل نضج للغرائز، وهذه المراحل هى الفمية oral والشرجية anal والقضيبية phallic: ولكل مرحلة من المراحل السابقة خصائصها النوعية، والعقدة المركزية فى المرحلة القضيبية هى العقدة الأوروبية، وفيها يرغب الطفل أن يحل محل الوالد من الجنس نفسه، وأن يمارس الاتصال البدنى مع الوالد من الجنس الآخر، ونتيجة لهذه الرغبات الأوديبية فإن الطفل يسيطر عليه وقلق الخصاء فى الذكر، Castration anxiety أو حسد القضيب لدى الإناث Penis envy.

وفى المرحلة الغمية ، فإن الأم هى الشخص الذى يهتم به الوليد أكثر منا يهتم ، وبعد السنة الأولى من الحياة أو ما يقرب منها ، حيث يدخل الطفل فى المرحلة الشرجية ، لأنه يتحرك نحو الأشخاص الآخرين ونتيجة لذلك ، فإن هناك مرحلتين فى اختيار الأشخاص والموضوعات فى الفترة من سن سنتين إلى خمس سنوات ، والأخرى فى مرحلة البلوغ . وقد لا يتوافر الانسجام بين هاتين المرحلتين مما يؤدى إلى اضطراب الفرد .

٥ - الوعسى :

يفترض فرويد أن للرعى ثلاثة مستويات: الشعور وقبل الشعور واللاشعور، وأن الوقائع النفسية تستمد مقوماتها من اللاشعور، وأن الجانب اللاشعوري من العقل يحتوى على كل ماهو غريزي ومنفصل عن الواقع.

٢ - الدافعسية :

تقوم النظرية الدافعية عند فرويد على مفهوم الغريزة ، التي تعرف بأنها حالة فطرية من الإثارة ، تبحث عن تفريغ للتوتر . يحدد فرويد غريزتين ، هما : غريزة الحياة Eros وغريزة الموت Thanatos ، وللغريزة أربع خصائص رئيسة ، وهي : المصدر source ، والغرض aim ، والموضوع object ، والقوة الدافعة impetus .

٧ - القالق :

يحدد فرويد ثلاثة أنواع للقلق: القلق الموضوعي ، والقلق العصابي ، والقلق

الأخلقى أو المعنوى ، ويبين أن القلق يعمل كإشارة إنذار للأنا بخطر وشيك الحدوث ، ناتج عن اندفاعات غرائزية ، عندئذ تستنهض الأنا عددا من الآليات (المكيانزمات) الدفاعية لمواجهة هذا الخطر ، والتى قد يتمثل بعضها فى الكبت ، والإسقاط ، والإزاحة ، والتبرير ، والتكوين العكسى ، والإعلاء ، والنكوص ، والإنكار .

ومما سبق يتبين أن :

التحليل النفسى نظرية فى الشخصية ومنهج فى البحث ووسيلة فى العلاج ؟
قُدَّمَ كتعبير عن المنحى السيكودينامى فى دراسة السلوك الإنسانى ، ويفترض هذا المنحى أن الصراع واللاشعور هما القوة المتحكمة فى السلوك الإنسانى .

وقد توصل فرويد إلى رؤيته السيكودينامية من خلال ملاحظاته الكلينيكية المكثفة للمرضى والعصابيين ، إضافة إلى إخضاعه نفسه للتحليل النفسى الذاتى .

وقد افترض فرويد أن للوعى ثلاثة مستويات : الشعور وقبل الشعور واللاشعور ، وأن الوقائع النفسية تستمد مقوماتها من اللاشعور ، وأن ثمة حتمية نفسية ، وأن الجانب اللاشعور من العقل يحتوى على كل ما هو غريزى ومنفصل عن الواقع .

وقد افترض فرويد أن الجهاز النفسى يتكون من ثلاث منظمات نفسية هى (الهى والأنا والأنا العليا) وهى نتاج رحلة تطورية ارتقائية يتأخر فيها البلوغ ، وهنا تبزغ النظرة النمائية التى يصبح فيها الميلاد البيلوجي مجرد رحلة تمهيدية لمنظور ممتد ، كل مرحلة فيه لها مخلفاتها من مراكز تثبيت Fixation قد ينكص لمنظور ممتد ، كل مرحلة فيه لها مخلفاتها من المنظرة النمائية جزء مما أطلق عليه فرويد الميتاسيكلوجي ، وتشمل البعد الاقتصادي , Economic ، والبعد البنيوي Structural .

وتقوم النظرية الدافعية عند فرويد على مفهوم الغريزة التى تعرف بأنها حالة فطرية من الإثارة Excitation ، تبحث عن تفريغ للتوتر ؛ يحدد فرويد غريزتين هما : غريزة الحياة Erose (إيروس) وغريزة الموت Thanatos وللغريزة أربع خصائص رئيسية : (١) المصدر Source (٢) الغرض aim (٣) الموضوع object (٤) القوة الدافعة impetus .

ويحدد فرويد ثلاثة أنواع للقلق: القلق الموضوعي ، القلق العصابي والقلق الأخلاقي . وبين أن القلق يعمل كإشارة إنذار للإنا بخطر وشيك الحدوث ، ناتج عن اندفاعات غرائزية ، عندئذ تستهنض الأنا عددا من الميكانزمات الدفاعية

لمواجهة هذا الخطر ، والتي قد يتمثل بعضها في الكبت ، الإسقاط ، الإزاحة ، التبرير ، التكوين العكسي reaction formation / والإعلاء والنكوص والإنكار .

وفى النهاية فإن نظرية التحليل النفسى تعكس (١) التزاما قويا إزاء افتراضات المحتمية determinism ، وعدم القدرة على التغير ، واللامعقولية irrationality ، وعدم القدرة على التغير ، والمهيموستازيس homeostasis (٢) والتزاما متوسطا إزاء افتراضات الكلية والبنيوية (٣) constitutionalism

الفرودية الجديدة، الإرشاد في نظرية الأنا Ego - Counseling

ترتبط نظرية الأنا في الإرشاد بتلك المجموعة من علماء التحليل النفسى ، التي طورت من النظرية الفرويدية الكلاسيكية وصاروا يكونون مايطلق عليه ،الفرويديون العدد Neo-Freudians ، أو ،المحللون الجدد، كأصحاب نظرية أوسع وأكثر ملاءمة في علم النفس ، وتتضمن هذه المجموعة من المحللين النفسيين علماء كثيرين يأتي في مقدمتهم : الفريد أدلر Adler ، وكارن هورني Horney ، وكارل يونج Jung ، وأوتو رانك Rank ، وهاري ستاك سوليقان Sulivan ، وإيريك فروم Rank ، وإيريك ايريكون أهمية أكبر وإيريك ايريكسون أهمية أكبر والمؤثرات الاجتماعية الثقافية .

ويختلف المرشدون / المعالجون بنظرية الأنا اختلافا كبيرا في الدرجة التي يتقبلون بها نظرية فرويد ، ومع ذلك ، فإن مفاهيمهم هي امتداد للفكر السيكولوچي في التحليل النفسي ، مع التركيز الأكبر على وظائف الأنا . فعلم نفس الأنا -Ego psy التحليل النفسي ، مع التركيز الأكبر على وظائف الأنا . فعلم نفس الأنا والثقافية والموانب الاجتماعية والثقافية للسلوك الإنساني .

وتركز نظرية الأنا في الإرشاد على الأنا كتنظيم - أي على قوة الأنا . وفي ذلك تعد ،قوة الأنا، ego-strength ركيزة الصحة النفسية وغاية الإرشاد / العلاج ، وإذا كان فرويد يعتبر أن ،الأنا، يتكون من طاقة الهي (ID) حينما يتفاعل الطفل مع عالمه ، فإن المحللين في نظرية الأنا يعتقدون أن ،الأنا، ينمو مستقلا عن حفزات ،الهي، ومن ثم فهم يعتبرونه ككيان عقلاني يكون مسؤولا بدرجة كبيرة عن الإنجازات العقلية والاجتماعية للفرد ، فالأنا له مصدره من الطاقة النفسية مستقلا عن الهي ، وله دوافعه واهتماماته وأغراضه .

ومما يتميز به المرشدون / المعالجون في نظرية الأنا أنهم يركزون على

مايطلقون عليه السلوك السوى أو الصحى ، ويذهبون إلى أن نظرية فرويد قد قامت على أساس السلوك السوى هى موضع شك . ويعزون جانبا كبيرا من سلوك الفرد إلى الضبط الواعى ، ولذلك فإنهم يميلون إلى أن يعطوا وزنا أكبر لدور البيئة فى نمو الفرد.

وتصمم طرق الإرشاد في نظرية الأنا على أن تساعد الأفراد على إنماء جوانب وقوى المواجهة في الشخصية ، لمساعدتهم على مواجهة واقع العالم من خلال بناء وظائف الأنا ، ويعنى الإرشاد هكذا بتقوية الأنا إلى الحد الذي يستطيع به التعامل مع المشكلات في العالم الواقعي ، بينما يساعد الأفراد على التخلص من آليات الدفاع التي تعرق التفاعل مع العالم الواقعي .

ثانيا : السلوكية

تمثل النظرية السلوكية تيارا علميا في علم النفس ، وتقوم معطيات هذه المدرسة على إنكار ما يسمى باللاشعور أو اللاوعى ، مؤكدة دور الحتمية البيئية ، فالإنسان نبت للبيئة التي يعيش فيها ؛ وسلوكه وخبراته وعاداته يتم اكتسابها عن طريق التعلم .

والتعلم جوهرى للوجود الإنسانى وأساسا للتربية ، ومنطلق لا غنى عنه لدراسة علم النفس ، وضرورة لفهم حقيقة العقل البشرى .

وقد حظى موضوع التعلم باهتمام المفكرين والعلماء والفلاسفة أمثال أرسطو والقديس أوغسطين وجون لوك ، وكانوا جميعا يعتبرون التعلم قضية رئيسية ، كما بلغ الاهتمام بقضايا التعلم وقضاياه ونوعية السلوك وكيفية الاستجابة وطرائق العلاج السلوكى ذروته فى أوائل القرن العشرين وما زال حتى يومنا هذا .

تقوم النظرية السلوكية على عدد من المسلمات ، يمكن إيجاز أهمها فيما يأتى :

- ۱- إن علم النفس هو علم السلوك science of behavior ، وهدفه النظرى هو التنبؤ بالسلوك وضبطه . وليس الاستبطان جزءا رئيسيا من مناهجه ، والسلوك هو جميع أوجه نشاط الفرد التي يقوم بها الفرد والتي يمكن ملاحظتها ، فلا مكان في هذا العلم لما يسمى بالشعور والذهن والإرادة واللاشعور وما إلى ذلك ، وهذا راجع إلى إنه علم نفس موضوعي . وقد أطلقت السلوكية على نفسها في بدايتها اسم علم النفس الموضوعي objec والاستبطان منهجا ، بمعنى أنها ترفض منذ البدء الشعور موضوعا، والاستبطان منهجا ، ووسيلة السلوكية لذلك ، هو الاعتماد على البيانات والاستبطان منهجا ، ووسيلة السلوكية لذلك ، هو الاعتماد على البيانات التجريبية والسلوك الذي يمكن ملاحظته .
- ٢- إنه يمكن اختزال سلوك الإنسان إلى عمليات فسيوكيميائية ، وأنه يمكن تفسير سلوك الإنسان في ضوء ما يحدث من تغيرات فسيولوجية ونيرولوجية بما يزيد من اقتراب علم النفس من العلوم البيولوجية ، ويصبح سلوك الإنسان عبارة عن تنظيمات من وحدات صغيرة من المثيرات والاستجابات ، الارتباط بينها ارتباطا فسيوكيميائيا .

- ٤- يسلم السلوكيون بالحتمية النفسية ، بمعنى حتمية حدوث الاستجابة إذا تعرض الإنسان لمثير ما ، وأنه من الممكن التنبؤ بنوع الاستجابة إلى سيثيرها مثير معين ، وكذلك من الممكن تعرف ما أدى إلى استجابة معينة من مثيرات .
- العوامل البيئية هي العوامل الرئيسية التي تعمل على تكوين شخصية الفرد ولهذا عرف السلوكيون بالبيئيين لتمييزهم عن الوارثيين الذين يتحدثون عن أهمية الوراثة ، وينصب اهتمام السلوكيين على عملية العلم وإكساب الفرد عادات معينة .

هذه هي أهم المسلمات التي تقوم عليها النظرية السلوكية، وفي ضوئها يسوق السلوكيون نظريتهم في تفسير السلوك .

وتعتبر السلوكية بمثابة رد فعل لنظرية التحليل النفسى ، لرفضها كثير من مفاهيم التحليل النفسى ، حيث يرى السلوكيون أن دراسة الخبرة الذاتية عن طريق التداعى الحر أو تحليل الأحلام لا يؤدى إلى حقائق علمية مقبولة ، يصعب التحقق من صحتها .

ويرون أن دراسة السلوك الذي يمكن ملاحظته بصورة مباشرة في ضوء المثيرات التي تثير هذا السلوك والعوامل التي تؤدى إلى تدعيمه ، وغير ذلك من ظروف يمكن السيطرة عليها تجريبيا – هي الأسلوب المناسب لتكوين نظرية علمية مناسبة عن سلوك الإنسان .

ويمكن تقسيم البحث في السلوكية إلى ثلاث مراحل:

أولاً: مرحلة ما قبل السلوكية: Pre Behaviorism

ويمثل هذه المرحلة ، جون لوك، الذى نظر إلى الإنسان على أنه يولد وعقله لوح مصقول (Tabla rasa) ، وأنه لا يوجد فى العقل ما لم يكن من قبل فى الحس ، ومن ثم تصبح منافذ المعرفة هى الحواس ، وأن كل ما نتعلمه إنما نكتسبه ، ولا يوجد مايسمى بأفكار قبلية كامنة ومتأصلة فى العقل ومفطور عليها ، وعارض كثير من

الفلاسفة لعل من أهمهم اكانطاء ، الذى أكد وجود مقولات عقلية فى العقل يتعلمها وينظم من خلالها ما يصله من معارف ومعلومات .

ويمثل الموكية المحقة من مراحل ما قبل السلوكية ويعتبر أول من أنشأ معملا لعلم النفس وينسب إليه الفضل في ظهور المدرسة البنائية Structuralism معملا لعلم النفس وينسب إليه الفضل في ظهور المدرسة البنائية Introspection وكان لأعمال وهي المدرسة التي تؤكد عملية الاستبطان الذاتي Functionalism .

ثم تلا ذلك أعمال اهيرمان أيبنجهاوس، Ebbinghaus في مجال الذاكرة وتكرار قوائم الكلمات التي لعبت دورا كبيرا في تجارب الورندايك،

Behaviorism : المرجلة السلوكية

ورائدها الأول واطسون ، الذى ركز على الحتمية البيئية فى تشكيل السلوك وحُول الإنسان إلى آلية سلوكية يتحكم فيها المثير والاستجابة ، ولعلم من أهم العلماء الذى تأثر بهم ، بافلوف، الذى تأثر بدارون . وقد أثرت السلوكية – بما تنطوى عليه من مبادئ وقوانين للتعليم صاغها واطسون وبافلوف وثورندايك – فى أعمال هل وجثرى وتولمان وغيرهم .

ونتساءل من هو واطسون الذي أعطى لهذه المدرسة دورها العلمى الشائع: جون بروداس واطسون John Broadus Watson (۱۸۷۸ – ۱۹۵۸) رائد المدرسة السلوكية . فهو الذي صاغ المذهب السلوكي وعمل على انتشاره عبر وسائل الإعلام الأمريكية .

وتتلخص رؤيته فى ضرورة أن يكون علم النفس علما طبيعيا وليس من العلوم الاجتماعية ، وأن يقطع صلته بماضيه غير العلمى ، وأن يركز بحوثه على دراسة السلوك ، أو دراسة الاستجابات الناتجة عن المثيرات البيئية .

حصل واطسون على الدكتوراه من جامعة شيكاغو ١٩٠٣ ، وكان موضوعها التعلم عند الحيوان، ، واستفاد من تجارب ثورندايك ونظرياته ، وأجرى بحوثه على الذكاء عند الحيوان ، وشملت دراسته الطيور والقرود والفئران من زاوية سلوكية .

وعندما عين أستاذاً لعلم النفس بجامعة جونز أنشأ بها معملاً للبحوث في علم العلم النفس بجامعة جونز أنشأ بها معملاً للبحوث في علم نفس الحيوان ، وقد كتب مقاله الشهير وعلم النفس من وجهة نظر سلوكي، - gy as Behaviorist views it وفيه أكد أن علم النفس هو علم السلوك البشري ، وأن هذا السلوك ينبغي دراسته مضبوطاً كموضوعات العلوم التجريبية كالكيمياء والفيزياء

وغيرهما من العلوم التجريبية ، ومن خلال الضبط التجريبي بحث في اختبارات الذكاء ، وحساب زمن رد الفعل ، والأداء والمهارات الحركية ، ومقاييس الشخصية .

وأصدر واطسون كتابه الأول ١٩١٤ وكان عنوانه والسلوك مقدمة في علم النفس المقارن، Behavior: An Introduction to Comparitive Psychology وفيه دافع عن استخدام الحيوانات في الدراسات النفسية ، ووصف الغريزة بأنها سلسلة من الإنعكاسات التي تنشطها الوراثة . ثم دعا إلى استخدام التشريط كوسيلة تجريبية عام ١٩١٦، واعتبر التشريط أساس التفكير والتعليم ، واعتبر الكلام نتيجة لهذا التشريط الإجرائي ووصف العادة بأنها استجابة شرطية مركبة .

ثم اهتم بالمخاوف المرضية وأثبت تجريبياً أن المخاوف من الفئران يمكن التغلب عليها عن طريق التشريط التجريبي .

Psy- أصدر كتابه المهم وعلم النفس من وجهة نظر سلوكى، -Psy أصدر كتابه المهم وعلم النفس من وجهة نظر سلوكى، -Psy مبادئ chology From the Standpoint of a Behaviorist ومناهج علم النفس المقارن ، إلى مجال الدراسات على السلوك الإنسانى ، ودافع بشدة عن استخدام التشريط فى البحث العلمى .

وفى عام (١٩٢٥) ألف كتابه السلوكية Behaviorism ثم كتاب العناية النفسية بالرضيع والطفل Psychological Care of Infant and Child

وفى كتابه السلوكية قال واظّسون غبارته المشهورة وأعطونى اثنا عشر طفلاً رضيعاً يتمتعون بصحة جيدة وبنية سليمة ، وأنا أصنع منهم عشوائيا ودون اختيار أطباء ومحامين وفنانين ورجال أعمال أو حتى شحاذين ولصوصا ، بغض النظر عما يتمتعون به من مواهب أو اهتمامات أو ميول أو قدرات أو ما يتمتع به آباؤهم أو أجدادهم أو الجنس الذي ينتمون إليه .

ومما سبق يتضح أن واطسون كان من أنصار البيئة ، وضد الوراثة ولا يؤمن بها وضد الفطرة ، ولم يؤيد القول بالغريزة .

ويرى السلوكيون أن السلوك المرضى يمكن اكتسابه ، كما يمكن التخلص منه ، ومن ثم عدم وجود اختلافات بين طريقة اكتساب السلوك العادى ، وطريقة اكتساب السلوك المرضى ؛ إذ إن العملية الرئيسية في كلتا الحالتين هي عملية تعلم ، وهي عملية تكوين ارتباطات بين مثيرات واستجابات .

ثالثاً: المرحلة المعاصرة Contemporary

وقد انصب تفكير العلماء فيها على زيادة الاهتمام بالدافعية والاقتران والتعزيز ، وعلى الفنيات العلاجية التى تواجه الاستجابات اللاتوافقية المتمثلة فى كثير من الاصطرابات السلوكية كالهروب من المدرسة والشجار ، والسرقة ، والتزييف ، وتعاطى الكحوليات والمخدرات ، والجرائم الجنسية والقوادة ، وقد تلحق بها العادات السيئة عند الأطفال مثل قضم الأظافر ، والتبول اللاإرادى ، والاستمناء ، ومص الأصابع، ونوبات الغضب التى ليس لها مبرر والسلوكيات المضادة للمجتمع .

وتتنوع وسائل العلاج السلوكى ، وتتنوع فنياته العلاجية بتنوع الاضطرابات اللاتوافقية إزاء الذات والمجتمع ، كالجنسية المثلية وجناح الأطفال ، وحالات التجوال الليلى ، والهيستريا والمخاوف المرضية ، والبرود الجنسى لدى النساء ، وما إلى ذلك .

وهذه العلاجات ، وما تنطوى عليه من فنيات علاجية ، تهدف إلى هدف واحد ، هو تعديل السلوك ، هنا والآن وعلى النصو المرغوب فيه ليكون متوافقاً مع المطالب النوعية لبيئة الفرد .

وتعديل السلوك فى صميمه مفهوم عام يشير إلى مجموعة من الفنيات العلاجية التى انبثقت من قوانين ومبادئ التعلم ، تلك التى تصف العلاقات الوظيفية بين المتغيرات البيئية والسلوك ، فكل سلوك هو سلوك متعلم ، سواء أكان سوياً أم غير سوى، ومن ثم يمكن تعديله.

وينطوى تعديل السلوك عن فنيات علاجية متعددة: يتمثل بعضها في التحصين التدريجي Systematic disensatization ، التشريط الإجسرائي ، الاسترخاء، الانطفاء ، التشريط بالأنموذج Modeling ، التشريط بالنقيض assertiveness والتوكيدية assertiveness .

وخلاصة القول فإن السلوكيين ينظرون إلى الإنسان كتنظيم معين من عادات اكتسبها أو تعلمها ، وهم لذلك يؤكدون في نظريتهم أهمية العوامل البيئية التي يتعرض لها الفرد في أثناء نموه .

ولهذا فإن الصحة النفسية عند السلوكيين تكمن فى اكتساب الفرد عادات مناسبة تساعده على التوافق الفعال مع البيئة وتمكنه من اتخاذ القرارات السليمة فى مواجهة تحديات البيئة .

ثالثًا - السلوكية ، الجديدة، (التعلم الاجتماعي) :

شهدت معظم نظريات التعلم في الثمانينيات تطورا من منحى المثير - الاستجابة كما قدمه بافلوف وواطسون وسكنر ، إلى منحى اللتعلم الاجتماعي، Social لاستجابة كما قدمه وألبرت باندورا، Bandura - وهو المنحى الذي يمثل مايعرف بالسلوكية والجديدة، New" Behabivrism".

يذهب هذا العالم السلوكى إلى أنه يوجد مابين المثير والاستجابة تكوين معقد للغاية وهو «الشخص الداخلى» "Inner person" الذى يستطيع أن يتخذ قرارات وأن يحلل الأحداث والمثيرات قبل أن يأتى بالاستجابة ، يركز «باندورا» على قدرتنا على تعلم سلوكيات متقنة تتشكل على نحو يتواءم داخل النظام المعقد لحياتنا الجماعية ، وذلك هو مايعنيه بمصطلح التعلم الاجتماعى : فالتعلم الاجتماعى هو فعل تعلم السوكيات التى تتلاءم داخل نظامنا المعقد للحياة الاجتماعية ، فنحن كائنات اجتماعية ، ونعمل وفقا لمبادئ السلوك الذى نلاحظه فى الآخرين.

فالكثير من سلوكنا نكتسبه بواسطة التعلم بالملاحظة -Observational learn ، الذي يعنى أننا نتعلم أنماطا من السلوك عن طريق ملاحظة أو مشاهدة الآخرين وتقرير مانحاكيه من هذا السلوك . إن الطفل يتعلم من والديه أنماط الكلام والعادات الشخصية وأساليب الاستجابة للآخرين ، أي إن الطفل يلاحظ ثم ينمط السلوك الملاحظ الذي خبره من الأشخاص المهمين ، هكذا يشير التعلم الاجتماعي إلى كل تعلم من المواقف الاجتماعية . ويحدث التعلم بالملاحظة من مشاهدة الأحداث ، أو المواقف .

يوضح وباندوراه في إحدى تجاربه الشهيرة ، أن الأطفال الذين يلاحظون ماذج من السلوك العدواني عند الكبار ، يصيرون هم أنفسهم أشخاصا عدوانيين ، ويبرز وباندوراه أن الطفل لايحتاج إلى تعزيز نوعى ، كالطعام مثلا، قبل أن يتعلم شيئا ما ، فالتعلم الاجتماعي يمكن أن يحدث عن طريق التعرض والمحاكاة – أي التعرض للخبرات والمواقف والأحداث ، ومحاكاة مايختاره الفرد منها ، ويعني ذلك أن التعلم الاجتماعي أكثر تعقيدا من مجرد الاستجابة الآلية ، ولاينكر وباندوراه هنا التعزيز والمحاكاه يوجد في عملية التعلم: فالطفل في البداية يحاكي مايلاحظه ، والمحاكاه يدركها الوالدان ؟ وحينما يبدي الوالدان استحسانهما للسلوك المتعلم بالملاحظة لدى الطفل ، تنشأ دائرة كاملة من السلوك والتعزيز .

يؤكد وباندورا، أن استجابتنا لمثير من المثيرات في البيئة يحكمها أسلوبنا الفردي

- أى تعلمنا السابق وخبراتنا السابقة وتفسيراتنا الحالية كلها مجتمعة .. ولذا فإنه يعتبر أن السلوكيين السابقين لم يتوصلوا إلى الجوانب التى تتناسب مع مواقف التعلم بدرجة كافية وتكون أكثر فائدة واستخداما . يذهب «باندورا» إلى أنه حتى فى التشريط الكلاسيكى ، فإننا نأخذ فى الاعتبار دائماً الماضى والمستقبل ؛ فنحن لسنا بكائنات سالبة ، ولكننا نلاحظ ردود فعل الأخرين - الإثابة ، أو عدم الاعتبار ، أو العقاب - ونستفيد من ملاحظاتهم . وهكذا يمثل «باندورا» فى جوانب كثيرة توجها توفيقيا بين التعامل مع الإنسان ، كالة كما ذهبت السلوكية الكلاسيكية والإنسان كمخلوق رمزى .

ومن الواضح أن نظرية التعلم الاجتماعي عند «باندورا» تؤكد أهمية الجوانب المعرفية في التعلم ، فنحن نفكر في المثريات التي نتعرض لها في البيئة ونتخذ قرارات بشأن استجاباتنا ، وهنا تبدو أهمية نظرية «باندورا» فبينما يغفل السلوكيون السابقون دور العمليات المعرفية ، يبرز «باندورا» دور المعرفة في التعلم ، وتنعكس هذه التطورات في مدرسة علمية متميزة في الإرشاد أو العلاج ، تعرف بالإرشاد / العلاج المعرفي - السلوكي .

وينصب تفكير العلماء فى هذه المرحلة من تطور السلوكية على زيادة الاهتمام بالدافعية والاقتران والتعزيز ، والفنيات العلاجية التى تواجه الاستجابات اللاتوافقية المتمثلة فى كثير من الاضطرابات السلوكية كالهروب من المدرسة والشجار، والعنف والعدوان والخوف ، القلق .

ثَالِثاً ؛ المنحى الإنساني في علم النفس

جاءت كتابات علماء النفس الإنسانيين مواكبة لما ساد العالم من دمار نفسى ومعنوى وقيمى ، بعد وأثناء الحرب العالمية الأولى والثانية ، التى فجرهما الإنسان فى أقل من ثلاثين عاماً ، ونتيجة لهما ساد العالم حالة من القلق العام الذى تملك الإنسان، فلقد كان لهذين الحربين أثر بالغ فى إشعار الإنسانية بالمعانى الكبرى التى تؤلف نسيج وجودها ، حيث القلق الوجودى والذنب الأنطولوجى والمدخل الفنومنولوجى فى رؤية الوقائع والحرية ، التى هى جوهر وجود الإنسان والاختيار والمسئولية والالتزام وتجاوز الذات وتقبل العالم بما فيه من متناقضات ، والسعى إلى الخلاص وتأصيل الحرية والقيمة والمعنى .

وهى معان ساهمت بقدر وافر فى تكوين الإطار التصورى للمدرسة الإنسانية فى علم النفس ، باعتبارها قوة ثالثة ، تقف بين التحليلية والسلوكية .

وقد رأت هذه المدرسة في الإنسان كائناً ينطوى على خير محض وإمكانات خلاقة ، وقدرات متميزة ، يصبو دائما إلى أعلى ، حيث القيمة والمعنى والمثل العليا ، وأن وجوده لا يمكن فهمه إلا في إطار من سعيه المتواصل إلى أعلى ، وتقبله لذاته ، وتجاوزه لمواطن الضعف في صلب تكوينه ، وانطلاقه صوب الذات وتوكيد الإمكانات .

يقول ماسلو إن حياة الإنسان لا يمكن أن تفهم إلا من خلال تطلعه إلى أعلى ، ونموه المتواصل وقدرته على تحقيق ذاته وسعيه إلى السواء ، وإن مطلب تحقيق الذات والاستقلال والشوق الكامن فينا نحو التميز والعلو ، يجب قبوله كنزعات عامة واسعة الانتشار بين الناس .

ولهذا تنطوى المدرسة الإنسانية على رؤية جد متفائلة بمستقبل أفضل للإنسان في سعيه وفي توكيده لإمكاناته وتفجيره لقدراته الخلاقة ، ونزوعه الفطرى نحو الكلية والكمال ، تحقيقاً للذات وتوكيداً للإمكانات وتأصيلاً للمعنى والقيمة والحق والخير والحقيقة في الحياة .

وقد تأثرت هذه المدرسة بالفلسفة الوجودية ، التى هى تشكيلة متجانسة من علم اللاهوت ، والفلسفة والطب النفسى وعلم النفس ، وقد اندمجت جميعاً من جهد هائل لفهم الوعى والسلوك الإنساني والانفعالات البشرية .

يركز الوجوديون على الوعى الإنسانى وعلى أن الإنسان موجود فى العالم ، يعى وجوده ، ويعى العدم المتربص به (الموت) ، وأن الإنسان هو الذى يضفى على الحياة وعلى الأشياء معنى ، ومن ثم فهو مسئول عمن يكون ؟ وعن ماذا يكون ؟ فالإنسان لا شىء سوى ما يفعله لنفسه . وأن التحدى الذى يجابهه الإنسان ، يكمن فى محاولته إضفاء المعنى على حياته وعلى ما يقوم به من عمل .

ويقوم هذا المنحى في علم النفس على عدد من المسلمات أو الأسس ، لعل من أهمها :

١- الإنسان خير:

يرى أصحاب المنحى الإنسانى إن الإنسان خير بفطرته ، وأنه ينطوى على ثراء إنسانى بغير حدود ، وأن ما يظهر منه من إنانية وعدوانية ، إنما هو عوارض مرضية يمكن تجاوزها ، وهى تحدث نتيجة لما يكابده الإنسان من إحباطات تعوق تحقيق إمكاناته .

فنحن نولد مزودين بخصائص الطبيعة الإنسانية المشتركة ، وبإمكاناتها والطبيعة الإنسانية في محتواها تمنح لكل الكائنات عند الميلاد .

ولهذا يرون أن الخاصية الرئيسية للشخصية تكمن في وحدتها الجوهرية وكليتها، وأن هذه الكلية وتلك الوحدة تتميز بخصائص من أبرزها المثالية ، القيم ، الشجاعة ، الحب وروح المرح ، والغيرة ، والإحساس بالذنب . إضافة إلى ما يكمن في داخل الإنسان من قدرات خلاقة لنظم الشعر وتأليف الموسيقي ، وترسيخ العلم وكافة مناشط العقل . وأن الطبيعة الإنسانية في جوهرها خير محض ، وأن قوى الشر والتدمير والعنف في الناس ما هي إلا نتيجة للإحباط أو تعطل Thwarting الحاجات الأساسية ، وليس نتيجة شر فطرى Inherent wickedness من جانبه .

والطبيعة الإنسانية عند علماء النفس الإنسانيين صرح من الإمكانات الكامنة المائية Potentialities التى تتجه صوب النمو الإيجابى ، وأن هذه الطاقات الكامنة قاسم مشترك بين الناس جميعاً .

وهذه الطاقات تبدو واضحة في إمكانية الإنسان على الإبداع ، فالإبداع أعظم خاصية بين الناس جميعاً ، وأنه خاصية مشتركة في الطبيعة الإنسانية ، معطى كامن نولد ونحن مزودون به ، فمن الطبيعي أن تنبت الأشجار وأوراقها ، وأن تحلق الطيور ، وأن يبدع الإنسان .

٧- الإنسان حر في حدود معينة :

يرفض علماء النفس الإنسانيين القول بالحتمية ، سواء أكانت حتمية نفسية لاشعورية على النحو الذى ذهب إليه أصحاب التحليل النفسى ، أم حتمية سلوكية تحتمها الاستجابة للمثيرات كما يقول السلوكيون .

وهذا راجع إلى أن الإنسان عند علماء النفس الإنسانيين مشروع وجود لم تتحدد ماهيته بعد ، أى لم يتحدد وجوده الزماني بعد ، ومن ثم فهو حر، وأن حريته تعنى أنه يتجاوز ذاته ، ويعلو على نفسه ، ويفترق عن ماضيه ، ويصوغ لنفسه معنى وهوية في الحياة ، وحريته ليست مطلقة بل هي مشروطة وملزمة .

وحرية الإنسان من هذا المنظور تعنى أن الإنسان مبدع القيم لنفسه وإنه سيد اختياره وإنه ما يفعل .

ولذا فالإنسان مسئول عن اختياره ، فنحن ما نختار ، وهو كيان في صيرورة ، ومن ثم فهو في حالة تغير وعلو دائمين .

ولهذا كانت مشكلة الحرية والاختيار والمسئولية وتحقيق الذات وتوكيد الإمكانات والنزوع المستقبلي ، قضايا محورية في علم النفس الإنساني ، والإنسان من هذا المنظور الإنساني هو الكائن الوحيد الذي يصبو إلى أن يكون غير ما هو عليه ، وقليس هناك موجود بشرى بمعزل عن السمو، و «الإنسان كائن يسمو دوماً عما هو عليه، ، فحياته ، تجاوز للحاضر صوب المستقبل .

٣- القلق :

وتأثر علماء النفس الإنسانيين بتصور القلق عند الوجوديين وبأنه عرض الوجود الإنساني ، وأنه كامن ، ومتأصل ، وملازم لوجود الإنسان ، وأنه نضال الإنسان ضد العدم المتربص به ، وإنه طاقة خلاقة تحفز إلى الحركة والنشاط المبدع ، وأن كافة منجزات الإنسان الخلاقة ، كانت مدفوعة ومعبأة بقلق دافعي ، متوهج بالرغبة إلى الإبداع وتقديم الجديد .

ويعتبر رولو ماى Rollo May مؤسس العلاج النفسى الوجودى أن القلق يلعب دوراً محورياً فى حياة الإنسان ، لأنه يبدو فى دورين : دور له قيمة من حيث إنه يفتح الأبواب أمام إمكانات الحياة بصورة مختلفة ، عن طريق مواجهة الشخص لما يجعله قلقاً ؛ ودور مؤلم مخيف وهو ما يؤدى بالفرد إلى تجنب هذه الإمكانات ومحاولة الحياة فى عزلة وبصورة محددة .

ويؤكد ماى ، أن القلق هو التجربة التى نعيش فيها التهديد بالعدم الوشيك للكينونة، فعندما يحقق الفرد إمكاناته فإنه يخبر القلق ، وعندما يفشل فى تحقيقها فإنه يخبب الذنب الإنطولوجى . وهنا يربط ماى بين القلق والذنب الوجودى (الأنطولوجى)، بحسبانهما مفهومين محوريين فى الفلسفة الوجودية . ويحدد أربع خصائص مميزة للذنب الأنطولوجى .

- * لا يوجد من يستطيع أن يحقق إمكاناته Potentialities في الواقع تحقيقاً تاماً ، إذا فكل إنسان يخبر الذنب الأنطولوجي .
- * لا ينتج الذنب الأنطولوجى من محرمات Prohibitions ثقافية ، بل هو نتاج وعى بذاتى بأنى إنسان يستطيع أن يختار وأن يفشل فى حياته وفى اختياره ، وأن ارتقاءه مرتبط بالذنب الانطولوجى .
- * ويختلف الذنب الأنطولوجي عن الذنب العصابي في أن الأول خاصية وجودية وأن الثاني عرض مرضى .
- * لا يؤدى الذنب الأنطولوجى إلى تكوينات مرضية ، لأنه ذو قوة بنائية Constructive force في الشخصية يؤدى إلى الإنسانية وإلى الحساسية المرهفة في العلاقات الإنسانية وإلى الاستخدام الخلاق لإمكانات الإنسان.

وعلى هذا ، فإن القلق عند ماى هو قلق وجودى ، يمثل عرض الوجود الإنسانى ، وهو معبأ بقوة دفع إلى توكيد الإمكانات وتحقيق الكينونة على نحو خلاق .

4- المعنى في الحياة: Meaning in life

لعل من أهم إضافات التيار الإنساني في علم النفس تجاوزه وللحتمية، -deter التيار minism سواء أكانت حتمية سلوكية آلية أم لا شعورية . ولهذا ركز علماء هذا التيار (مثل ، جولدشتين Goldstien ، ماى May ، فرانكل Frankle ، وماسلو Maslow) جل اهتمامهم على الجوانب المضيئة في صلب تكوين الإنسان ، والتي يتمثل بعضها في المعنى والاستمرارية والقيمة والانسلاخ من حتمية الماضى والنزوع صوب المستقبل .

وتتبلور أفكار الوجوديين على شكل نظرية نفسية عند فرانكل (١٩٧٢) تقوم على أن حياة الإنسان تتمركز حول إرادة المعنى Will - To - Meaning . ويرى أنه إذا ما غاب عن الإنسان الشعور بمعنى الحياة، فإنه يخبر ما يسميه بالفراغ الوجودى Existential Vacuum . وهو مفهوم صكه فرانكل للتعبير عن حالة الملل والسأم ، وأن الحياة أصبحت تسير بغير معنى أو هدف ، ولهذا كان العلاج بالمعنى - Logother

apy هو العلاج بالعقل أو الكلمة أو المعنى كما أراد له فرانكل أن يكون ، هو السبيل الوحيد للخروج من حالة اللامعنى إلى المعنى ، وهذا الخروج ليس عملية سهلة إنما هو عملية صعبة ، يبلغ إليها الإنسان حينما يشعر أن حياته لم يعد لها معنى ، والمعنى فى الحياة هو المعبر إلى ، تسامى الذات، ، ذلك الذي يتجاوز تحقيق الذات.

يقول فرانكل (١٩٨٢) والهدف الحقيقى للوجود الإنسانى لا يمكن أن يوجد فيما يسمى بتحقيق الذات ، فالوجود الإنسانى هو بالضرورة تسام بالذات وتجاوز لها أكثر من أن يكون تحقيقاً للذات، .

وتسامى الذات يعنى أن الإنسان كائن مجاوز ، لما هو متحقق إلى ما هو غير متحقق ، وهذا مكمن قوته وتساميه المستمر

فللحياة معنى رغم العبث التناقض واللامعقول ، ومن اليأس من الحياة إلى الولع بالحياة ، فنحن الذين نضفى على الأشياء القيمة والمعنى ، وهذا الإضفاء لايكون إلا من خلال الشدة والقوة على إعطاء الحياة والمواقف قيمة .

والإيجابية في حياة الإنسان كمعيار للسواء النفسى تتطلب أن يأخذ الإنسان نفسه بالشدة ، وأن يتجاوز الوقوع في أسر الغواية ومكاسب المرض النفسي .

ولهذا انصب اهتمام علماء النفس الإنسانيين على المتمام علماء الإنسان الإنسان Self - tran- المتمام التسامى بالذات Self - tran- السواء والارتقاء بلوغا إلى قوة الكينونة التي تتضمن التسامى بالذات scendence وتأكيد الوعى في تشكيل الخبرة والكينونة .

وعلى ذلك فإن قيمة حياة الإنسان تستمد دلالتها من معنى ما يقوم به من أفعال وما يتوق إلى تحقيقه في المستقبل.

٥- تحقيق الذات:

يحتل تصور تحقيق الذات مكانة محورية لدى علماء النفس الإنسانيين وبخاصة في تصورات ماسلو وكلينيكية روجرز ، فعند ماسلو (١٩٨٧) تحقيق الذات هو: دافع الوجود الإنساني وجوهر فطرته .

ولهذا استخدم ماسلو ، مفهوم تحقيق الذات للكشف عما فى داخل الإنسان من خير محض ، ومواهب خلاقة ، وقدرات مبدعة وإمكانات خبيئة بغير انتهاء ، وبين أن هذا الثراء الداخلى للإنسان هو قاسم مشترك بين الناس جميعا .

ويرتبط تحقق الذات عند ماسلو بإشباع ما يسميه بالحاجات الأساسية ، فقد افترض ماسلو أن هناك تنظيماً دافعياً متدرجاً من الحاجات ، قاعدته الحاجات

العضوية وقمته تحقيق الذات . وهذه الحاجات على النحو التالى : الحاجات العضوية ، الحاجة إلى تقدير الذات ، وأخيراً تحقيق الذات .

وعلى أية حال ، فإن إشباع هذه الحاجات – على النحو الذى افترضه ماسلو – يفضى إلى تحقيق إمكانات الفرد وخروجها من حيز الكمون إلى حيز الوجود الخلاق . ولهذا فإن الأفراد الذين يتحقق لهم إشباع حاجاتهم على النحو الذى افترضه ماسلو ويندفعون لاستثمار ما لديهم من مواهب وإمكانات لتحقيق الوحدة والتكامل فى الحياة، .

ومن ناحية أخرى يحدد ماسلو خصائص الأفراد المحققين لذاتهم والذين يعتبرهم الأفضل من بين الناس ، وتتحدد هذه الخصائص في :

- 1 لديهم منظور أكثر فاعلية للواقع -More efficient perception of reali برون العالم من حولهم بطريقة سليمة وفعالة ، فهم يرون ty الحقيقة كما هي بالضبط وليس كما يتمنون أو يحتاجون أن تكون.
- Acceptance self, others and nature يتقبل الذات والآخرين والطبيعة يتقبل المحققون لذواتهم أنفسهم كما هي ، ولا يفرطون في نقد عيوبهم Shortcomings وفشلهم وضعفهم ، ولا يحملون أنفسهم مشاعر ذنب وخزى وقلق وما إلى ذلك من الحالات الانفعالية ، بل يشعرون بالرضا عن أنفسهم ، ويتقبلون طبيعتهم الإنسانية ، فهم يأكلون بشهية وينامون جيداً ويتمتعون بحياتهم الخاصة دون كف أو كبت ، وبالمنطق نفسه يتقبلون الناس من حولهم .
- The little of the point of the

لا يترددون في الدفاع عن القواعد الاجتماعية ، عندما يكون ذلك ضروريا .

٤- مركزية المشكلة Problem Centered : وجد ماسلو المحققين لذواتهم بغير استثناء يرتبطون بالواجب نحو المجتمع أو المهنة التى تكون محبوبة كشىء مهم فى حياتهم ، فهم لا يتمركزون حول ذواتهم -cen كشىء مهم فى حياتهم ، فهم لا يتمركزون حول ذواتهم وراء tered ، بل يتجاوزون ذواتهم ويتجهون صوب مشكلات تكمن وراء احتياجاتهم ومشكلاتهم الحالية ، وبهذا الشعور ويعيشون من أجل العمل أكثر بكثيرمن العمل من أجل العيش ، فالعمل يجعلهم يحملون خصائص ترتبط بهم . ويصور ماسلو الملتزمين بتحقيق ذواتهم أن استغراقهم فى العمل يظهر كما لوكان علاقة حب ، يبدو فيها أن كلاً من الوظيفة والفرد ينتميان لبعضهما ... فهما يتناسبان معاً ويرتبطان معاً كالقفل ومفتاحه .

ويهتم المحققون لذواتهم بالموضوعات الفلسفية والأخلاقية ، فهم يعيشون ويعملون من خلال إطار مرجعى يتجاوز حاجاتهم الشخصية ، كرسالة، أو مهمة ، فهم يهتمون بالآخرين ، ولذا يستطيعون التفرقة بين ما هو تافه وما هو مجد ، بين ما هو مهم وما هو غير مهم لعالمنا .

۵- الانفصال والحاجة إلى العزلة: Detachment: need to privacy هؤلاء يصفهم ماسلر بأنهم يعشقون الخصوصية والعزلة، فليس بينهم وبين الآخرين علاقة، فهم بعيدون عن الناس يستمتعون برؤية علاقات الصداقة من حولهم.

ويصور ذلك ماسلو بقوله حينما أكون وحيداً مع نفسى أكون مع أفضل صديق .

Autonomy: Indepence of cul: الاستقلال الذاتى عن الثقافة والبيئة: - ture and environment يتمتع محققر ذواتهم بحرية التصرف باستقلال عن بيئتهم الطبيعية والاجتماعية ، فهم يتمتعون بإمكانات كامنة ، ومصادر قد لا تنضب للنمو والتطور ، فلديهم القدرة على ضبط الذات والتحكم فيها ، وقدرة على توجيه الذات Self - direction ، يتحملون المسئولية ولديهم القدرة على ضبط الذات Self - disciplined وتحديد المصير ، وكل هذا يجعلهم يشعرون بالاستقلال عن ضغوط الثقافة والبيئة.

V التجديد المستمر في تقدير الأشياء : -Continued Freshness of Appre يرى ماسلو أن الذين يحققون ذواتهم لديهم القدرة على تقييم الأحداث العادية جداً في حياتهم بشعور من التجدد والخشية والمتعة التي تبلغ إلى حد النشوة ، ويضفون على كل شيء روح التجديد ، فخبراتهم الذاتية ثرية في محتواها ، وعملهم اليومي مصدر متعة وشوق لا ينقطع .

فعلى سبيل المثال رؤية قوس قزح Rainbow مرة ، كمئة مرة تحمل في طياتها الحب والسحر والتجديد كما لو كنا نراه لأول مرة ، وجولة داخل الغابات لا تنقطع أبداً حتى تتحول إلى خبرة ممثلة متعة ، ومشاهدة طفل وهو يلعب ترفع الروح المعنوية .

الخبرات الغامضة أو بالغة الذروة Peak of mystic experience طبقاً لدراسات ماسلو عن تحقيق الذات المستمرة، تبين له أن هؤلاء الأفراد يأتون باكتشافات غير متوقعة ، وأن كثيرين منهم يجمعهم قاسماً مشتركاً يسميه ماسلو الخبرات البالغة الذروة Peak experiences ، فهم يعيشون لحظات من الإثارة الشديدة والتوتر العالى يعقبها هدوء واسترخاء وسكينة -Peace من الإثارة الشديدة والتوتر العالى يعقبها هدوء واسترخاء وسكينة وسكينة والمحات في الحياة وتفجر الإبداع والاستبصار العالى ، والاكتشاف فتنة ودهشة في الحياة وتفجر الإبداع والاستبصار العالى ، والاكتشاف المبدع والالتحام الذي يبلغ حد الانصبهار Fusion مع الطبيعة ، هؤلاء الناس يستطيعون أن يتوهجوا Turn on دون مثيرات أو منبهات صناعية ومجرد وجودهم في الحياة يجعلهم متوهجين بالمعرفة وتقديم الجديد .

وطبقاً لتصورات ماسلو فإن تلك الخبرات الذروية ليست صوفية Re- أو خارقة للطبيعة Supernatural ، بيد أنهم مندينون ligious في جوهرهم .

لقد اكتشف ماسلو أن بالغى الذروة Peakers يشعرون بتناغم أشد مع العالم ، ويتجاوزن وعيهم الذاتى ويشعرون بقوة أكثر من غيرهم .

- ٩- الاهتمام الاجتماعى : Social interest لديهم اهتمام بما يعانى منه الجنس البشرى من نقائص وشرور ، ويدعون إلى الأخوة والمحبة والتسامح بين الناس .
- ١- العلاقات البينشخصية العميقة Profound interpersonal relations عمية البينشخصية العميقة الأخرين علاقات شخصية أكثر عمقاً مع الآخرين

من علاقات الأفراد العاديين ، ولا سيما لدى أصحاب المواهب والقدرات والإمكانات ، ثم إنهم يتسمون بقدرة على التعاطف مع الآخرين .

- 1 1 بنية الصفات الديمقراطية Democratic character structure يصفهم ماسلو بأنهم ديمقراطيون ، متحررون من التعصب ويحترمون وجهات نظر الآخرين رغم التباين في الطبقة ، والعرق والدين والجنس والعمر ، إضافة إلى ذلك فهم يتعلمون من أي شخص دون تعال أو نزعة تسلطية .
- Discrimination between means: التمييزين الوسائل والغايات and ends يتصفون بأنهم يميزون بين الوسائل والغايات ، بين الوسائل التى تستخدم لتحقيق الغايات ، بيد أنهم في كثيرمن الأحيان يستمتعون بالوسائل السلوكية التي تقود إلى أهداف بعينها وقد يستخدمون بعض الوسائل لذاتها دون السعى إلى تحقيق أهداف من ورائها .
- 17- الحس الفلسفى للدعاية: Philosophical sense of humor يتمتع محققو الذات بقدرة على إطلاق الدعابة والنكات، بيد أن الدعابة لديهم تثير مشكلة أو توصل إلى شيء أو هدف خلف هذه الدعابة أو تعالج مغزى رمزيًا أو أخلاقيًا أو أسطوريًا.
- \$ 1- الإبداع Creativity لقد اكتشف ماسلو أن محققى الذات مبدعون دون استثناء بما تحمله الكلمة من معنى ، وبين أن الإبداع يختلف عن العبقرية أو الموهبة الخارقة التي تظهر في الشعر أو الموسيقى أو العلم ، واعتبر أن الإبداع صميم وجود الإنسان ، وأنه يظهر كسلوك مبدع في أسلوب الحياة.
- 10 مقاومة الضغط الثقافي Resistance to enclturation : محققو الذات في انسجام وتناعم مع ثقافتهم ، بيد أن استقلالهم الجوهري واعتمادهم على الذات يجعلهم أحراراً في مقاومة الضغوط الثقافية والاجتماعية .

إن مقاومة الضغط الثقافي Enculturation لا تعنى بالنسبة لهم أنهم ضد التقاليد أو مناهضين لما هو اجتماعي في السلوك ، فهم يبقون على حدود المسايرة Conformity اعتباراً من اختيار الملابس والطعام وطريق الكلام وطريق التعامل مع الأشياء ، وهم لا يستهلكون الطاقة في محاربة الطقوس الاجتماعية التافهة أو نظم المجتمع ، وعلى الجانب الآخر ، يصبحون مصادين لثقافة المجتمع حينما يتعلق الأمر بقضايا

أساسية .. إنهم يؤمنون بأن التغير الاجتماعى من الممكن أن يمضى بطيئاً ومجهداً ، بيد أنهم يرون أن أحسن إنجاز هو الذى يتحقق من خلال نسق ونظام.

تلك بعض جوانب من تصورات ماسلو عن تحقيق الذات ، الذى يعتبر مجلى الوجود الإنسانى وجوهر فطرته ، فالإنسان ينطوى على حاجات فطرية المنشأ ، غريزية التكوين - والقول بفطرية هذه الحاجات بما تنطوى عليه من نزوع نحو المستقبل تحقيقاً للقدرة الخبيئة والإمكانية ، وتوكيداً للذات ، يعنى أن هذه الحاجات مكونات أصيلة للإنسان بما هو إنسان ، تدفعه دفعاً إلى تحقيق الكلية والكمال وتنمية جوانب الشخصية على نحو مبدع وخلاق ومتوازن .

A superior of the sup

and the second of the second o

المنحى المعرفي - السلوكي Cognitive - Behavioral Approach

يركز المنحى المعرفى – السلوكى فى الإرشاد والعلاج النفسى على دور الأفكار والمعتقدات والمعلومات والتصورات والإدراكات والتفسيرات فى انفعالاتنا وسلوكنا ، فالمعارف والأفكار المتعلقة بالذات والآخرين والعالم توجه الانفعالات والسلوك ؛ وبالتالى .. فإن الاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب والقلق تعزى فى جوهرها إلى أفكار خطأ أو معارف مشوهة أو إدراكات محرفة أو غير صحيحة عن الذات والآخرين والعالم والمستقبل .

ويبرز فى هذا المنحى توجهان نظريان أساسيان هما: الإرشاد / العلاج العقلانى / الانفعالى Rational-emotive counseling/therapy لـ ، ألبرت إليس، (Beck, والعلاج المعرفى Cognitive therapy لـ ،أرون بيك، (Beck, 1977) ، والعلاج المعرفى للإرشاد العقانى – الانفعالى لأهميته التطبيقية فى الإرشاد المدرسى .

: Rational - Emotive counseling الإرشاد العقلاني – الانفعالي

نظام متميز بين النظريات المعاصرة في الإرشاد والعلاج النفسي ، أسسه في الأصل العالم الأمريكي وألبرت إيليس، Ellis في الخمسينيات من القرن الماضي ؛ واستمر في تطوير هذه المدرسة الإرشادية / العلاجية وهو ومريدون حتى أخذ هذا التطور منحى الإرشاد / العلاج المعرفي – السلوكي .

لقد بدأ وإيليس، إعداده الأكاديمي والمهني على أساس التدريب على التحليل النفسي ، ولكنه بدأ يشك في فعاليته وسرعان ما رفض هذا المنحي ، وبدأ يتخذ في ممارساته المهنية في الإرشاد والعلاج دورا أكثر فاعلية ، وحيث صار يدخل فيها طرقا مثل النصيحة والواجبات المنزلية والعلاج بالقراءة والمبادئ السلوكية والمواجهات المباشرة ، فقد صار يركز على تغيير سلوك المسترشدين بواسطة مواجهتهم بما يسميه المعتقدات اللاعقلانية ، وإقناعهم بأن يتبنوا عملية تفكيرية عقلانية، وفي عام ١٩٥٩ أنشأ وإيليس، ومعهد الحياة العقلانية ، وامانوايس، في عام ١٩٥٨ بجامعة ولاية نيويورك ، ثم وبطيس، كثيراً من البرامج التدريبية في مجالات العلاج العقلاني – الانفعالي، ومعهد العلاج العقلاني – الانفعالي وتطبيقاته في مجالات العلاج العقلاني – الانفعالي وتطبيقاته في مجالات العلاج العقلاني – الانفعالي وتطبيقاته في مجالات العلاج العقلاني الحياة المختلفة .

لقد استند العلاج العقلانى – الانفعالى إلى فكر الفيلسوف الإغريقى «إبيكتيوس» عن أن مايجعل عقول الناس تضطرب ليس هو الأحداث ، وإنما بالأحرى الأفكار والمعارف ،و ترتكز استراتيجيات «إيليس» فى الإرشاد والعلاج إلى أن الإنسان قد يعمل ويتوجه فى حياته بطريقة عقلانية أو لا عقلانية ، وإلى أن التوجه العقلانى يؤدى إلى سلوك فعال وأسلوب حياة إيجابى ومنتج ، فى حين أن التوجه اللاعقلانى يفضى إلى التعاسة والشقاء وإلى أسلوب حياة غير بناء .

يتنبع الله المناة نماذج التفكير العقلانى فى مقابل التفكير اللاعقلانى منذ الطفولة ، حيث يتعملها الأطفال من الوالدين ومن ثقافة الأسرة والمجتمع ، وبقدر ماتلقى تعزيزا من الوسط الذى يعيش فيه الطفل .

يؤكد منحى الإرشاد العقلانى - الانفعالى العلاقة الوثيقة المتبادلة بين التفكير والانفعال ، بحيث إنهما عادة مايعملان بشكل مصاحب ، ويتم ذلك بطريقة دائرية : فالتفكير يصير انفعال ، والانفعالى يصير تفكيرا ، ويأخذ هذا التفكير والانفعال -think) ing & emoting شكل التكلم الذاتى (self - talk) ؛ وهذا التكلم الذاتى (الذى يجمع في وحدة بين التفكير والانعفال) يوجه سلوك الفرد إما إلى وجهة عقلانية أو وجهة غير عقلانية .

ومن الواضح أن منحى الإرشاد العقلانى - الانفعالى يؤكد المضمون السلوكى - فى هذه المدرسة الإرشادية ، وهو ماصار يسمى أيضا بالإرشاد / العلاج العقلانى - الانفعالى - السلوكى (Rational - emotive behavior therapy / counseling) .

هكذا ، فإن المسلمة الأساسية التي يقوم عليها الإرشاد / العقلاني - الانفعالي - السلوكي هي أن كثيراً من المعاناة الانفعالية ، إن لم تكن كلها ، تعزى إلى الأساليب اللاتكيفية التي يدرك بها الأسخاص العالم من حولهم ويشكلونه في أطر أو تراكيب معرفية غير ناضجة أو غير سليمة ، وإلى الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية التي تحكم نظرتهم إلى أنفسهم والآخرين والعالم والمستقبل ، ومن شأن هذه المعتقدات اللاعقلانية Self أن تؤدي إلى أفكار ومشاعر مُخيبة للذات -self اللاعقلانية defeating

وعلى هذا الأساس تتحدد مهمة الإرشاد / العلاج العقلاني - الانفعالي - السلوكي في الإجراءات الآتية :

١ - تحديد الأحداث أو المواقف أو الخبرات التي تقلق الشخص (المسترشد) أو تكون مصدر تأزمه أو ضيقه أو كدره .

- ٢ مساعدة الشخص على اكتشاف الأساليب النوعية لتفكيره والمعتقدات الكامنة وراءها ، والتى تشكل الاستجابة الداخلية لهذه الأحداث ، وتؤدى إلى استثارة انفعالات سالبة .
- ٣ مساعدة الشخص على تغيير هذه الأنماط التفكيرية أو أنماط المعتقدات،
 التى توجه انفعلاته وسلوكه .

تذهب نظرية وإيليس، هكذا إلى أن الاستثارة الانفعالية والسلوك اللاتكيفى يتأثران بتفسيرات الفرد للمواقف ، وحيث تعمل هذه التفسيرات كوسائط رمزية لهما ، ويقرر وإيليس، أنه يوجد كثير من المعتقدات اللاعقلانية كلانية Irrational beliefs أو التوقعات أو الافتراضات اللاعقلانية ، والتي بها ينزع الناس في ثقافة هذا العصر إلى التعامل مع المواقف ، وبقدر ما تزداد المعتقدات اللاعقلانية لدى الفرد ، بقدر مايتوقع من تحريف ومن سوء فهم للمواقف ، مع مايتبع ذلك من استثارة انفعالية ومن سلوك لا تكيفي .

ويمكن تلخيص الإرشاد / العلاج العقلانى - الانفعالى - السلوكى فى النموذج الذى يسمية وإيليس، بنموذج [وأ - ب - ج - د - هـ، A-B-C-D-E] على النحو الآتى : يواجه الشخص (المسترشد) بخبرة تنشيطية (أ) تفجر معتقدات معينة (ب) ، أى سلسلة من الأفكار التى يجرى تصورها على أنها تقريرات ذاتية داخلية ، وبعض هذه المعتقدات يكون معتقدات لا عقلانية . والنواتج (ج) هى انفعالات سالبة ومايلازمها من سلوك ، ويقوم المرشد / المعالج بتفنيد المعتقدات اللاعقلانية (د) عن طريق مساعدة الشخص على أن يفحص بدقة مدى صدق أو عقلانية تلك التقريرات الذاتية ، وهنا يولى هذا الأسلوب الإرشادى / العلاجى أهمية كبيرة لتعلم التمييز بين النقريرات العقلانية والتقريرات اللاعقلانية ، ولذلك يتمخض الإرشاد / العلاج الناجح عن التخلص من الأفكار اللاعقلانية (هـ) مع مايتبعه من اختفاء للأعراض أو لمظاهر الاضطراب .

en de la companya de

and the second of the control of the and the second of the second o



.

	•		الثالث	القصل	

الإرشاد النفسي عند علماء النفس

أولاً : ألفريد أدلر ADLER

ثمة جانب مهم فى تاريخ علم النفس الدينامى Psychodynamic يكمن فى بزوغ عديد من النظريات النفسية ، التى ارتبطت إلى حد كبير بنظريات وتصورات وأفكار فرويد النفسية .

وقد ساعد هذا الارتباط على توسيع وتنقيح تصورات فرويد عن الشخصية ، وماتنطوى عليه من إمكانات ، وما يرتبط بالوعى واللاوعى والعصاب من معان وأفكار وتصورات .

ولقد نجح فرويد في جذب كثير من ذوى القدرات العقلية الرفيعة المستوى إلى تتبع خطواته ، واستلهام أفكار جديدة من تصوراته .

بعض هؤلاء التلاميذ ظل وفياً لأمانة التحليل النفسى ، ومن ثم انطلق إلى تهذيب وتحديث بعض المفاهيم الأساسية في التحليل النفسى، والبعض الآخر اتجه اتجاهاً مغايراً ، حيث ابتدع أفكاراً مناهضة لتصورات فرويد .

ويعتبر أدار Adler ويونج Jung من أكبر العاماء المنشقين عن فرويد ، حيث أقاما صروحهما الفكرية والتصورية والنفسية بمعزل عن فرويد ، وعلى الرغم من كونهما من الأعضاء الأوائل في حركة التحليل النفسي -Psychoanalytic move ومن المدعمين الغيورين على أفكارها وتوجهاتها ، إلا أنهما رفضا وعارضا بشدة تركيز فرويد على أمرين أساسيين ، وهما :

والعدوانية Aggression

Sexuality الجنسية

التي اعتبرهما فرويد جوهر حياة الإنسان ...

وقد استطاع الاثنان أدلر ويونج أن يقدما إسهامات جوهرية تعمق من فهمنا لطبيعة الإنسان .

فجوهر وجود الإنسان عند أدلر يكمن في أن الإنسان لايستطيع أن ينفصل عن المجتمع ، فالمجتمع في داخله ، ومكون من مكوناته ومن ثم كان تركيزه المستمر على الإنسان بما هو إنسان من حيث قدرته على :

- ١ تشكيل حياته وتقرير مصيره .
- ٢- التغلب على دوافعه البدائية والتحكم في بيئته والنضال من أجل حياة أكثر امتلاء وأعمق خصوبة .
- ٣- تطوير نفسه وتطوير العالم المحيط بهم من خلال فهم الذات -Self . understanding

أما يونج فقد رفض الأهمية التي أعطاها فرويد للدوافع الجنسية عماعداها من دوافع ، وعنده أن الناس يتأثرون بتطلعاتهم المستقبلية ، بقدر تأثرهم بخبراتهم الماضية ، وأن القوى المضادة في الشخصية يجب أن تتكامل في كل متماسك -Coher من أجل صحة نفسية أفضل للإنسان .

. سيرة حياة :

ولد أدلر فى ٧ فبراير ١٨٧٠ فى قيينا ، وهو الابن الثالث بين ستة أطفال لتاجر يهودى ينتمى إلى الطبقة المتوسطة ، شأنه فى ذلك شأن فرويد ، وقد اعتنق أدلر البروتستانتية فى صدر شبابه .

وقد وصف أدار طفولته بأنها كانت قلقة وغير سعيدة ، وأنه قد استمتع بعلاقة دافئة مملوءة بالحب والدفء مع أمه في أول عامين من حياته ، بيد أنه قد فقد هذا الوضع عندما ولد أخاه الأصغر ، حينئذ اكتسب تفضيل والده واهتمامه خلال مرحلة الطفولة .

وكان الموت والمرض صاحبين ملازمين لأدار خلال سنوات عمره الأولى ، فعندما بلغ الثالثة من عمره مات أخره الأصغر ، الذي كان راقدا في سرير بجواره ، بالإضافة إلى ذلك فقد نجا بأعجوبة من القتل في حوادث جرت في الشوارع ، وفي الخامسة أصيب بالتهاب رئوى حاد كاد أن يودي بحياته ، ولذا فقد وجه اهتمامه إلى التخصص في الأمراض الصدرية فيما بعد .

كان مستوى أدار الدراسى متوسطاً فى سنوات عمره الأولى ، أما فى المرحلة الثانوية ، فكان ضعيفاً جداً فى مادة الرياضيات ، وقد تكرر رسوبه فى الرياضيات لدرجة دفعت مدرس الفصل إلى أن ينصح والده بإخراجه من المدرسة وتقديمه لصانع أحذية Shoemaker ليتدرب على يديه ، لأنه لايصلح لشىء آخر .

وكانت هذه نقطة فاصلة فى حياته ، حفزت طاقاته وفجرت إمكاناته، وبتشجيع من والده ، وبإصرار منه ، أصبح الأول بغير منازع فى مادة الرياضيات طوال حياته الدراسية .

وفى الثامنة عشر من عمره التحق أدلر بجامعة قيينا ، التى كانت واحدة من أكبر المراكز الطبية الرائدة فى أوروبا آنذاك ، وكانت قيينا مدينة تمتلئ بالمسارح الدرامية ، وصالات الموسيقى ومنتديات الفلاسفة الاجتماعيين والسياسيين ، مما أكسب المدينة المتوهجة بالعلم والفن والأدب والموسيقى والدراما لقب قيينا الحمراء Red Vienna .

وقد انخرط أدار في المنتديات السياسية والاجتماعية ، وفي إحدى هذه اللقاءات تعرف على زوجته رشيا ايبشتين Raissa Epstien وهي طالبة روسية التحقت بالجامعة نفسها.

وتزوجها في عام ١٨٩٧ ، وقد حصل على درجته العلمية في الطب ١٨٩٥ ، وتخصص في أمراض العيون eye diseases) ophthalmology) ، وبعد فترة من التدريب في الطب أصبح طبيباً نفسياً Psychiatrist .

وفى الفترة من ١٩٠١ – ١٩٠١ كان أدلر عضواً فعالاً فى الدائرة القريبة جداً من ، فرويد، ، بيد أنه بعد وقت قصير بدأ يكتشف ويطور أفكاراً تتناقض وأفكار نظرية فرويد ونظريته فى التحليل النفسى ، ومع مرور الوقت اتسعت الفجوة العلمية بينهما ، على نحو لا التقاء فيه ولا مصالحة ، ومن ثم استقال كرئيس لجمعية قيينا للتحليل النفسى نحو لا التقاء فيه ولا مصالحة ، ومن ثم استقال كرئيس لجمعيته المعروفة باسم التحليل النفسى الحر Society for free Psychoanalysis وكانت شديدة الإزعاج لفرويد وتلاميذه الأوفياء .

وفى العام التالى ١٩١٢ تغير اسم الجمعية ليكون علم النفس الفردى -Individu . al Psychology

ومن منتصف العشرينيات وما بعدها ، كرس أدار كل جهوده في إلقاء

المحاصرات في دول أوربا والولايات المتحدة .

وانتقل للحياة في الولايات المتحدة الأمريكية ، ومات في إحدى زياراته العلمية لمدينة ابرديين Aberdeen بسكوتلانده في ٢٨ مايو ١٩٣٧ .

وعندما علم فرويد بخبر وفاته ، كتب إلى صديق له ، كان قد أوضح تأثر تأثرا شديدا بموت أدار قائلاً ،أنا لا أفهم حقاً معنى تعاطفك هذا مع أدار ، ذلك الصبى اليهودى الذى خرج من ضواحى قيينا ليموت فى ابرديين ، والذى لم تعرف له وظيفة خاصة يمكن البرهنة عليها . لقد كافأه العالم من أجل خدماته التى تناقض التحليل النفسى، . (190 Jones, p. 208) .

وقد ترك أدار ما يزيد عن ٣٠٠ دراسة وكتاب ، ولعل من أهم كتبه ،التطبيق The Practice and Theory of Individual Psychol ونظرية علم النفس الفردى، -١٩١٧)؛ The Neurotic Constitution ؛ (١٩١٧)، ووي عام ١٩٢٧ ؛ البنية العصابية العصابية وي العجز العضوى وتعويضه النفسى، Study of Organ Inferiority and ،دراسة في العجز العضوى وتعويضه النفسى، Its Psychological Compensation Under ، محاولة ،فهم طبيعة الإنسان، -standing Human Nature What life (١٩٢١) Science of living ، ماذا تعنى الحياة بالنسبة لك (١٩٢١) ، وتحدى البشرية الحياة، Social Interest ، وتحدى البشرية . Challenge to Mankind

وقد أثرت كتابات أدلر في التطورات الحديثة لعلم النفس الكلينيكي وعلم نفس الشخصية ولا سيما تركيزه على الجانب الاجتماعي ، باعتباره معياراً أساسياً في الصحة النفسية ، على نحو ألهم المعالجين النفسيين صوب تأسيس توجهات قيمة في العلاج النفسي وبزوغ علم نفس الأنا Ego Psychology (Ansbacher, 1977) .

واهتمام أدار بالقوى الاجتماعية في نمو الشخصية تم تأكيده في كتابات أيريك فروم Fromm ، وكارن هورني Horney وهاري سوليفان Sullivan ، الذين رأوا أن أفكار فرويد تفتقر إلى البعد الاجتماعي ، بالإضافة إلى ذلك فإن اهتمام أدار بالجوانب الإرادية Volitional والإبداعية قد أثر تأثيراً مباشراً وغير مباشر في كتابات جوردن البورت Allport ، إبراهام ماسلو Maslow ورولوماي May وفيكتور فرانكل Frankl وإيليس Ellis .

وفى هذا الجزء سوف نناقش بعضاً من مفاهيم أدار التى يتحدد بعضها فى حاجة الإنسان إلى : نظرية جديدة فى الإنسان : تتناول الإحساس بالنقص ، الكفاح

من أجل السمو ؛ العجز العضوى والاضطرابات النفسجسمية psychosomatics عقدة النقص inferiority complex ، دور الإهمال في نمو الشخصية المناهضة للمجتمع antisocial الجدارة أو الكفاية competency كعلامة على النضج ، تقدير الذات والإحساس بالقوة ، مفهوم نمط الحياة والتوافق ، تحقيق الذات وخدمة الآخرين ، الصحة النفسية والإبداع وغيرها من المفاهيم الأدليرية .

التصورات الأساسية لعلم النفسي الفردي:

Bisic Tenets of individual psychology

غالباً ما يوصف أدار بأنه تلميذ فرويد الذي تمرد على أستاذه واستطاع أن يطور أفكاره الخاصة ، مؤلفاً منها تصوراته ، عن علم النفس الفردى ، بيد أن الفحص الدقيق لأفكاره يؤكد أنه ،كان زميلاً لفرويد ولم يكن مجرد تلميذ له، ، وأن بذور نظريات أدار التالية هي في الحقيقة كانت ظاهرة في الكتابات التي ظهرت في فترة سابقة من مصاحبته وارتباطه بفرويد (١٩٧٠) "Ellenberger".

وهذا يعنى أن أدار كانت له أفكاره وتصوراته حتى قبل أن يرتبط بفرويد ، ودليل ذلك كما يقول أورجلير Orgler (١٩٧٢) . إن أدار لم يدرس إطلاقاً على يد فرويد ، ولم يخضع لعملية التحليل النفسى ، كما طُلِب منه ليصبح محللاً نفسياً -Psy ممارساً .

فثمة تقليد كان شائعاً في التحليل النفسى ، وهو خضوع من يمارس التحليل النفسى للتحليل النفسى ، لكى يفهم نفسه ، ويكتشف أعماقه حتى يتجنب الإسقاط على حالاته المرضية .

ولسوء الحظ ، فإن فرويد وأدار لم يتصالحا بعدما حدث عام ١٩١١ وظل فرويد شاعراً بالعداء والمرارة تجاه أدار بقية حياته حسبما يؤكد (Ziegler, Hjelle, 1992) . وتنحدد تصورات أدار الأساسية في :

١- الفرد باعتباره كينونة مُوحدة ومتسقة ذاتياً

The individual as Unified and self - Consistent Entity

إن فكرة الإنسان كينونة موحدة ومتسقة ذاتياً تشكل الافتراض الأول في مفهوم أدار لعلم النفس الفردي كما يؤكد هو نفسه (١٩٧٢) .

Individual وفي الحقيقة عندما أطلق أدار على نظريته علم النفس الفردي Individual وفي الحقيقة عندما أطلق أن مصطلح Psychology

اللاتينى Indivisible ، ومعناه الكل الذي لا يتجزأ ، ومن ثم لا يمكن النظر إلى الإنسان على نحو جزئى ومنعزل ، بل يجب النظر إليه في ضوء علاقته بالشخصية ككل .

فالإنسان وحدة Unity غير قابلة للتقسيم ، ولا سيما من حيث علاقة العقل والجسم mind-body بكافة الأنشطة المختلفة والوظائف المتعددة للعقل .

لقد آمن أدار أن التحدى الأول الذى يواجه علم نفس الفرد هو كيفية إثبات أن لدى كل فرد تفرداً فى : التفكير ، والشعور ، والفعل ، أو ما يسمى بالوعى واللاوعى وفى كل تعبير من تعبيرات الشخصية .

وقد وصف أدلر هذا التركيب الموحد والمنسق للشخصية بأنه أسلوب الفرد فى الحياة style of life ، وهذا التركيب الموحد للشخصية هو الذى يقيم الرؤية الكلية للشخصية الإنسانية بحسبانها كينونة كلية لاتعرف القسمة أو التجزئة .

٢- حياة الإنسان كنضال ديناميكي لبلوغ الكمال:

Human life as a dynamic striving for perfection

إن النظر للوجود الإنساني كوحدة عضوية Organic unity يتطلب مبدأ موحداً في علم النفس الدينامي . فقد استنتج أدلر من الحياة نفسها أنها لا يمكن أن تدرك دون حركة مستمرة ، حركة في اتجاد النمو والتوسع expansion ، ولذلك لا يمكن أن يعتبر الفرد كياناً متسقاً وموحداً إلا بنزوعه المستمر وحركته الفعالة نحو أهداف محددة .

ويؤكد أدار أن الإنسان كائن يناضل من أجل الكمال وأن الناس صنفان : صنف يناضل من أجل التفوق والعلو ، وصنف يستسلم مستكينا ومتقهقراً إلى الوراء ، الصنف الأول لا يندفع فقط من الخلف بل يندفع وهو معبئ بالظروف الداخلية والخارجية ، إنهم ينطلقون بقوة إلى الأمام ، إنهم يندفعون دائماً لإضفاء القيمة والهدف والدلالة لحياتهم .

إن الأهداف التى يتخيلها مثل هؤلاء الناس والطرق الفريدة unique فى نوعها التى يكافح بها الناس لبلوغ هذه الأهداف ، تعطينا مفتاح فهم المعنى meaning الذى يضفيه هؤلاء الناس لحياتهم ، وهذه الأهداف – كما يؤكد أدار – يتم اختبارها من خلال الفرد نفسه .

وفى تصور أدار فإن أهداف الحياة يتم انتقاؤها ذاتياً Self - selected ويفترض أدار أن الإنسان قادر على تحديد أفعاله الخاصة وتقرير مصيره فى سعيه المتواصل صوب بلوغ الكمال ، وأن تحقيق هذه الأهداف لا يبلغ بالفرد نحو تقدير الذات - self esteem فحسب بل بوضع نفسه في مواقع متميزة في العالم .

٣- الفرد كمبدع ومحدد لوجوده الذاتى:

The individual as a creative and self - determined entity

على الرغم من الأهمية القصوى لعوامل البيئة والوراثة فى تشكيل شخصية الفرد ، فإن أدلر (١٩٦٤) أكد وبإصرار أن الفرد ليس نتاجاً خالصاً لهاتين القوتين (البيئة والوراثة) بل ينطوى على قوة مبدعة creative power هى التى تصوغ وتتحكم فى مسارات حياة الفرد وتجعله مسئولاً عن حريته وعن أنشطته الواعية ، وأن هذه القوة المبدعة تؤثر بعمق على الأوجه الخاصة بوجود الإنسان : الإدراك ، والذاكرة ، الخيال imagination والتخيل fantasy والأحلام .. إنها تجعل من كل شخص فرداً قادراً على تحديد مصيره ومخططاً لحياته ومعبراً عن ذاته بحرية ، وإن هذا الإيمان بحرية الإنسان وقدرته على الإبداع وتقرير المصير قد جعل من أدلر رائداً من رواد علم النفس الإنساني كما يؤكد الكثرة من علماء النفس .

٤- الرسوخ الاجتماعي للفرد:

The Social embeddedness of the individual

يقول أدار (١٩٥٦) إن علم النفس الفردى ينظر إلى الفرد باعتباره موجوداً اجتماعياً راسخاً socially embedded ، ولذا فنحن نرفض اعتبار الفرد موجودا منعزلاً. (ص ٢)

وهذا يعنى أن السلوك الفردى هو سلوك اجتماعى يحدث من خلال نسق اجتماعى المحدث من خلال نسق social context وأن جوهر social context طبيعة الإنسان لا يمكن فهمه إلا من خلال العلاقات الاجتماعية ؛ ويرى أن كل فرد له القدرة على الشعور الاجتماعي أو الاهتمام الاجتماعي Social interest ، فهو ينطوى على قدرة فطرية فطرية للارتباط بالعلاقات الاجتماعية المشتركة المتبادلة ، ولذلك فإن علم نفس الفرد يغترض وجود توافق متناغم harmony بين الفرد والمجتمع ، مصحوباً بالصراع الذي يعتبره شرطاً غير طبيعي unnatural للإنسان .

ولهذا فإن تأكيد أدار المحددات الاجتماعية للساوك يمثل مفهوماً مركزياً فى تصوراته التى أكسبته شهرة واسعة النطاق ، باعتباره أول عالم نفس اجتماعى فى التاريخ الحديث لعلم الشخصية .

٥- ذاتية الفرد: Individual subjectivity

يرى أدلر أن السلوك يستند إلى آراء الناس فى أنفسهم ، فى البيئات التى يعيشون فى كنفها ، فكل فرد يعيش فى عالم من صنعه ، عالم يصوغه وفقاً لمخططات إدراكاته المعرفية schema of apperception ولهذا فإن الناس يندفعون بأهداف خيالية fictional goals نابعة من اعتقادتهم الخاصة عن أحداث الحاضر والمستقبل ، تلك التى تنظم سلوكهم ، فمثلاً كما يقول أدلر قد يعيش الفرد تحت شعار والأمانة هى أفضل سياسة، أو أن وكل إنسان يسعى لمصلحته، أو يعيش مؤمناً بعالم ما بعد الحياة ، حيث يثاب الصالحون ويعاقب الأشرار ، فالشخص هو سلوكه الذى يصدر عن معتقداته الخاصة ، سواء أكانت موضوعية حقاً objectively أم مسرفة فى عن معتقداته الخاصة ، سواء أكانت موضوعية حقاً objectively أم مسرفة فى كنت أعتقد بأنها أفعى سامة (Ansbacher, p. 58) وفى تصور أدلر فإن السلوك هو انعكاس واضح لإدراك الفرد الذاتي للحقيقة (*) .

وفيما يلى عرض للمفاهيم النظرية الرئيسية التي قامت على التصورات الأساسية لعلم النفس الفردى .

علم النفس الفردى : مفاهيمه ومبادئه الأساسية

Individual psychology: basic concepts and principles

يرى أدار (١٩٦٤) أن الهدف الأساسى من نظرية الشخصية هو أن تكون بمثابة مرشد guide للمعالجين النفسيين ، من أجل إحداث التغيير المطلوب فى الشخصية للوصول بها إلى السلامة والصحة النفسية ، وتحدد هذه الأسس التصورية لنظرية أدار فى :

(١) مشاعر الدونية والتعويض ؛ الكفاح من أجل العلو ؛ نمط الحياة ؛ الاهتمام الاجتماعي ؛ الذاتية المبدعة ؛ ترتيب الميلاد ؛ النهاية الخيالية .

أولاً : مشاعر النقص ووسائل التعويض :

Inferiority feelings and compensation

فى مستهل حياته العلمية ، وهو ما يزال مرتبطاً بفرويد ، نشر أدلر دراسة Study of organ inferioity بعنوان : ، دراسة الدونية العضوية وتعويضها النفسى، and its psychological compensation,

^(*) لأحظ هنا مدى تأثر علماء النفس المعرفيين بأفكار أدار .

وفى هذه الدراسة كشف أدلر عن الأسباب التى تجعل شخصاً ما دون غيره من الشخوص يصاب بمرض ما دون غيره ، ولماذا يصيب هذا المرض منطقة معينة من الجسم دون غيرها .

يفترض أدار أن في كل فرد أعضاء معينة في الجسم أضعف من غيرها ، الأمر الذي يجعل الشخص أكثر عرضة للإصابة بالمرض أو الأمراض التي تصيب هذه الأعضاء على وجه التحديد .

ويذهب أدار فى نظريته هذه إلى أن كل شخص قد يكون مستهدفا للإصابة بالمرض فى تلك المنطقة من الجسم التى كانت أقل نمواً من غيرها ، والتى تعمل بنجاح أقل ، والتى بوجه عام تعتبر أدنى inferior منذ الميلاد . ويضرب على ذلك أمثلة ، ببعض الناس الذين يولدون وهم مستهدفون لإصابة الرئتين ، فغالباً ما يعانون من الالتهاب الشعبى bronchitis أو إصابات الجهاز التنفسى .

وقد أكد أدار أن الأشخاص الذي يعانون من حالات ضعف عضوية حادة أو عيوب عضوية يحاولون في الغالب تعويض هذه العيوب الخلقية من خلال التدريب وممارسة الألعاب الرياضية ، والتي تؤدى في أغلب الأحوال إلى تطور قوة الفرد واكتساب أعظم المهارات . يقول أدار (١٩٣١) : في معظم الأشخاص البارزين والمرموقين تقريباً نجد أن لديهم بعض العيوب الخلقية أو العضوية ، ويتجمع لدينا الانطباع بأنهم صادفوا صعوبات وتحديات في بداية حياتهم ، وكافحوا وتغلبوا على صعوباتهم . (ص ٢٤٨)

يحدثنا التاريخ والأدب عن عديد من الأمثلة للإنجازات الاستثنائية التي يمكن أن تعزى إلى الجهود التي بذلت من أجل التغلب على العيوب العضوية ، ومن أبرز هذه الأمثلة ديموسنيز Demotheness ، والذي كان يعانى من التهتهة Stutterer في النطق ، ولكنه أصبح واحداً من أصبح الخطباء orators بلاغة في العالم ، وهناك أيضاً فلما رودولف التي - على الرغم من إعاقتها الجسمانية منذ طفولتها - إلا أنها استطاعت الفوز بثلاث ميداليات ذهبية في الدورات الأولمبية . ولدينا من أبرز الأمثلة أيضاً تيودور روزفلت Roosevelt ، فرغم بنيانه الجسماني الضعيف في طفولته ، إلا أنه ضرب المثل في اللياقة البدنية بعد ذلك ، وصار أيضا رئيساً للولايات المتحدة . وهكذا يمكن القول أن الدونية العضوية ، يمكن أن تؤدي إلى تحقيق أعظم الإنجازات في حياة الفرد ، ويمكن أن تؤدي أيضاً إلى المشاعر العارمة بالدونية إذا أخفقت محاولات الإنسان في تعويض هذا الشعور بالنقص .

ولم يكن هناك شيء جديد بالطبع في الفكرة القائلة بأن الكائن الحي يحاول إصلاح جوانب الضعف لديه ، فالأطباء قد كانوا على دراية منذ زمن طويل بأنه ، على سبيل المثال ، حيث توجد كلية واحدة تعمل أوتؤدى وظائفها بفتور فإن الكلية الأخرى ستصبح أكثر تطوراً لتؤدى عمل الكليتين معاً . بيد أن أدلر اقترح أن هذه العملية التعويضية تحدث أيضا في المجال السيكولوجي ، بمعنى أن الناس غالباً ما يناضلون من أجل ليس فقط تعويض العيوب العضوية لديهم وإنما أيضا من أجل تعويض مشاعر الدونية الذاتية ، وهي تلك المشاعر التي تنشأ من حالات عجز اجتماعية أو سيكولوجية يعانى منها هؤلاء الأشخاص .

عقد الدونية ومصادر نشأتها:

Inferiority complexes and their origins

اعتقد أدار بالفرض القائل بأن مشاعر الدونية تبدأ في الطفولة ، واعتقد بشكل محدد أن التجارب الإنسانية في مرحلة الطفولة تجعل الفرد يمر بفترة طويلة وممتدة من الاعتماد على الآخرين من أجل البقاء . والواقع أن هذه التجارب تؤدى إلى أن ينمي الطفل مشاعر الدونية بالمقارنة إلى الأشخاص الأكثر خبرة والأقوى في محيط الأسرة . وعلاوة على ذلك ، فإن هذه المشاعر الدونية المبكرة تعد بداية كفاح طويل لتحقيق التفوق على البيئة وكذلك تحقيق الكمال والاكتمال ، وقد أكد أدلر أن النصال من أجل التفوق هو القوة الدافعة الرئيسية في الحياة .

وهكذا فإن أى شيء يفعله الناس هدفه في النهاية التغلب على مشاعرهم بالدونية ، مهما كان أسبابها ، فإنها يمكن أن تصل إلى حد الإفراط لدى بعض الأشخاص ، مركبات النقص ، والتي تعنى ذلك الشعور المبالغ فيه بالضعف وعدم الكفاية . وقد حدد أدلر ثلاث إعاقات في مرحلة الطفولة، يمكن أن تساهم في وجود مركبات النقص ، وهي : النقص العضوى inferior organs ، المبالغة في التدليل مركبات النقص ، وهي : والإهمال neglect .

وعلى هذا فإن الأطفال المولودين ولديهم عيوب خلقية قد تنمو لديهم مشاعر الدونية . والأطفال المدللون إلى حد كبير ، ينمون وهم يفتقرون إلى الثقة في قدراتهم لأن الآخرين قد دأبوا على أن يفعلوا لهم كل شيء ، ومن ثم يعاني هؤلاء الأطفال من مشاعر متأصلة بالدونية ؟ لأنهم يعتقدون أن من المستحيل أن يتمكنوا من حل صعوبات الحياة اعتماداً على أنفسهم . وأخيراً ، فإن الإهمال من قبل الوالدين يمكن أن يسبب عقدة الدونية أو مركب النقص لأن الأطفال المهملين يشعرون أساساً بأنهم غير

مرغوبين . ومن ثم يعيشون حياتهم وهم يفتقرون إلى الثقة فى قدرتهم على أن يكونوا ذوى فائدة وأن ينالوا التقدير من الآخرين . وهذه الإعاقات الثلاث فى مرحلة الطفولة يمكن أن تلعب دوراً مهماً فى ظهور الأعصبة النفسية فى مرحلة البلوغ .

ومع ذلك فإن الشخص ، وبغض النظر عن الظروف التى تسبب مشاعر الدونية ، قد يستجيب لذلك بمحاولة التعويض الزائد over compensation ، وهذا ينمى ما أطلق عليه أدار عقدة التفوق superiority complex ، ويعنى هذا الميل إلى المغالاة فى تنمية المهارات الجسمية والفكرية والاجتماعية لدى الشخص .

ويضرب أمثلة على ذلك بقوله ويعتقد هذا الشخص ، إن كان أنثى ، أنها أكثر أنقة من الأخريات وكأنها لا تشعر أنه يجب عليها إظهار ذكائها بسرد ما تعرفه عن نجوم السينما في كل مناسبة لكل شخص سيستمع إليها ، وربما يهمل هذا الشخص كل شيء تقريباً لمجرد أن يثبت أنه يعرف عن نجوم السينما أكثر مما يعرفه أى شخص آخر . وفي أى من الأحوال ، فإن طريقة المبالغة في التعويض عن هذا النقص هو في الحقيقة مبالغة أو إفراط في السعى بقوة للتغلب على المشاعر الدائمة بالدونية ، وتبعاً لذلك ، فإن الشخص الذي لديه عقدة التفوق يميل إلى التركيز على الذات تصادر النائمة بالنوبية والتفاخر بالذات وإلى الغطرسة والعجرفة والاستعلاء . وهو يترك الانطباع لدى الآخرين بأنه يستحوذ على القدر الأقل من التمركز الذاتي egocentric مع نفسه (أي الآخرين بأنه يستحوذ على القدرها) ، وأنه ربما يستمد أهميته أو إحساسه بأهميته من إله يبخس نفسه أو نفسها قدرها) ، وأنه ربما يستمد أهميته أو إحساسه بأهميته من التقليل من شأن الآخرين، putting down .. others .

striving for superiority : الكفاح من أجل التفوق

اعتقد أدار أن مشاعر الدونية هي في الحقيقة مصدر النضال من أجل تعظيم الذات self expansion والنمو growth والنمو self expansion والكفاءة self expansion ولكن ما الهدف النهائي الذي نناضل ونكافح من أجله والذي يمنح معيار التماسك والوحدة لحياتنا ؟ وهل نحن مدفوعون هنا ببساطة بالحاجة إلى التخلص من مشاعر الدونية لدينا ؟ أم هل يحركنا الدافع المتمثل في السيطرة على الآخرين ؟ أو ربما أننا نسعى لمكانة بارزة ؟ وفي بحثه عن أجوبة عن هذه الأسئلة ، طرأ تغير ملحوظ على تفكير أدار بمرور السنين ، ففي المراحل الأولى من تنظيراته الباكرة عن حياته ، اعتقد أدار أن القوة الدينامية التي تحكم سلوك الإنسان تكمن في محاولته وسعيه لأن يكون عدوانياً ، وفيما بعد تخلى عن فكرة ،إرادة القوة ، will to power .

وفي إطار هذا المفهوم فإن الضعف يعادل الأنوثة femininity والقوة تعادل

الرجولة masculinity . وفي تلك المرحلة اقترح أدار فكرة والاحتجاج الذكورى، وهو شكل من أشكال التعويض المبالغ فيه والذي يستخدمه الجنسان في محاولة منهما لكبح مشاعر الدونية والعجز . بيد أن أدار رفض في النهاية مفهوم الاحتجاج الذكورى كتفسير لدوافع الأشخاص العاديين ، وبدلاً من ذلك طور فكرة أكثر عمومية والتي في إطارها يسعى الناس جاهدين من أجل التفوق ، وهي حالة تختلف تماماً عن مركب النقص أو عقدة الدونية . هكذا برزت مراحل متميزة في نظريات أدار وآرائه حول الهدف النهائي للحياة الإنسانية ، ألا وهي : النزعة العدوانية ، والميل إلى القوة ، والسعى لتحقيق التفوق .

وفى سنواته الأخيرة ، انتهى أدلر إلى حقيقة مفادها أن السعى من أجل التفوق هو القانون الأساسى للحياة الإنسانية ، وهو ما أشار إليه أدلر فى الصفحة ١٠٤ فى عام (١٩٥٦) بقوله إنه وشىء دونه لا يمكن التفكير فى الحياة، ، ويشارك كل الناس فى هذا التوجه أو المنحى التصاعدى العظيم من أدنى إلى أسفل ومن النقص إلى الكمال ، ومن العجز إلى القدرة فى مواجهة مشكلات الحياة .

ومن الصعب إيضاح الأهمية التي كان يعزوها أدار إلى هذه القوة وراء حياة الإنسان بوجه عام ، حيث كان يعتبر الكفاح من أجل بلوغ التفوق بمثابة الدافع الرئيسي master motive في نظريته .

واعتقد أدار أن الكفاح من أجل التفوق فطرياً في الإنسان ، ودونه لا نكون أحراراً مطلقاً ، لأنه الحياة ذاتها، ومن ثم ينبغي تغذيته وتخصيبه في نفوسنا إذا ما أردنا أن نحقق إمكاناتنا الإنسانية الكامنة potentialities .

فعند الميلاد يوجد هذا الدافع الخلاق ، النضال من أجل التفوق باعتباره إمكانة كامنة لم تتحقق بعد ، ويبقى هذا الدافع فى داخلنا كيما نحقق إمكاناتنا الداخلية بطرقنا الخاصة .

ورغم أن الهدف في الحياة يكون غامضاً في بداية مرحلة الطفولة ، إلا أنه يوفر لنا في النهاية خطوطاً رئيسية تعد دافعاً لنا وتساعدنا في تنظيم حياتنا وتوجيهها.

وقدم أدار في عام ١٩٦٤ ، أفكاراً إضافية عديدة عن طبيعة وعمل السعى أو الكفاح من أجل التفوق ، ففي بادئ الأمر ، رأى أنها دافع رئيسي ، بدلاً من كونها مجموعة من الدوافع المنفصلة ، ولها جذورها في الوعي لدى الطفل ، واعتبر أن هذا الدافع الأساسي أدنى وأقل من تلك الدوافع الأخرى الميحطة بنا ، وفي المقام الثاني

فإن هذا التوجه التصاعدى العظيم ، فى رأى أدار ، يعد كونياً فى الطبيعة ، فهو قاسم مشترك بين الناس جميعاً ، أسوياء وغير أسوياء ، وفى المقام الثالث فإن هدف التفوق يمكن أن يأخذ اتجاها سلبياً تدميرياً Destructive أو اتجاها إيجابياً بنائياً -Construc . tive

يبدو الاتجاه السلبى (المدمر) واضحاً فى حالة هؤلاء الأشخاص الذين يعجزون عن التكيف مع أنفسهم ، والذين يسعون لتحقيق التفوق من خلال الأنانية والاهتمام بالمجد الشخصى على حساب الآخرين ، وعلى النقيض من ذلك الأشخاص حسنو التوافق well - adjusted مع أنفسهم ومع الآخرين حيث يعبرون عن سعيهم للتفوق بطرق إيجابية ؛ ذلك أن جهودهم لتحقيق التفوق فى الحياة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالاهتمام بالآخرين ورفاهيتهم . ورابعاً ، أكد أدلر بأن الكفاح من أجل التفوق يتطلب بذل قدر هائل من الطاقة والجهد . ذلك أن مستوى التوتر tension لدى الشخص يزيد بدلاً من أن يقل ، كنتيجة لهذه الطاقة المبذولة فى الحياة ، فنحن نكافح من أجل الوصول بثقافتنا إلى حد الكمال ، وخامساً فإن السعى إلى التفوق يحدث على مستوى الفرد ومستوى المجتمع ، فنحن نسعى لبلوغ الكمال ، لا كأفراد بل كأعضاء فى المجتمع .

وعلى الضد مما ذهب إليه فرويد ، من أن الإنسان مناهض لما هو اجتماعى antisocial ، فإن أدلر يرى أن الفرد والمجتمع يعملان معاً في توافق وتناغم وكفاح من أجل الوصول بثقافتنا إلى حد الكمال .

وباختصار .. فإن أدار صور الإنسان بأنه لا يعيش فى تناغم وانسجام مع العالم الاجتماعى فحسب ، بل يحيا فى حالة سعى دائم ، ونضال لا يعرف التوقف من أجل إقامة وخلق عالم أفضل ، ومع هذا فإن الافتراض التصورى بأن البشرية لديها هدف نهائى هو الرقى بثقافتها وحضارتها يثير التساؤل التالى : كيف يمكننا كأفراد أن نبلغ إلى هذا الهدف ؟

وهذا ما يجيب عنه أدار في تصوره عن أسلوب الحياة .

Style of life: أسلوب الحياة

يمثل أسلوب الحياة أو ما يطلق عليه خطة الحياة life plan أو الصورة الموجهة guiding image أبرز خصائص نظرية أدلر الدينامية في الشخصية ؛ وأسلوب الحياة يعنى didiographic ، أي التصور الذي يبحث عن القوانين الفردية ، من أجل فهم أعمق للفرد ، من حيث هو كائن متميز وفريد ومباين لغيره من الأفراد ، ومن ثم

يمكن تحديد معنى للحياة وفقاً للتصور الأدارى: بأنه نمط فريد فى التوافق فى الحياة؛ وأن معظم البارزين فى الحياة يتصفون بالقدرة على إبداع أهدافهم وعلى إيجاد الوسائل لتحقيق هذه الأهداف.

ووفقاً لأدلر فإن أسلوب الحياة هو نمط فريد unique pattern من السمات والسلوكيات ، والعادات ، والتى حين تجتمع معاً ، فإنها تحدد الصفة المميزة لوجود الشخص .

والسؤال الآن هو: كيف يتشكل أسلوب الحياة لدى الإنسان ؟ وللإجابة عن هذا السؤال فإنه لابد لنا من العودة إلى مفاهيم الدونية والتعويض ، لأنها تحدد الأساس لأسلوب حياتنا .

ويرى أدار أننا نعانى جميعاً من عيوب ومشاعر الدونية فى مرحلة الطفولة ، سواء أكانت فى الخيال أم فى الواقع ، ومن ثم تدفعنا إلى تعويضها بطريقة أو بأخرى . ولإيضاح هذا ، فإن الطفل الذى يفتقر إلى الانسجام مع نفسه من المرجح أن يركز محاولاته لتعويض ذلك عن طريق تطوير قدرة أو مهارة رياضية متفوقة . كما أن سلوكه الذى تشكل نتيجة وعيه بحدوده الطبيعية ، قد يصبح بدوره أسلوبه فى الحياة ، والذى يمثل مجموعة من السلوكيات هدفها تعويض الإحساس بالدونية ، وعندئذ فإن أسلوب حياتنا يرتكز على جهودنا من أجل التغلب على عيوبنا ومن ثم نؤسس إحساسا بالتفوق superiority .

وفى رأى أدار ، فإن أسلوب الحياة يصبح متأصلاً وراسخاً فيما بين الرابعة والخامسة من عمر الطفل حتى يصبح من الصعب تقريباً تغييره فيما بعد . وبالطبع يستمر الناس فى تعلم طرق جديدة للتعبير عن أسلوب حياتهم الفريدة ، بيد أن هذه مجرد تفاصيل أشبه بامتدادات الهيكل الأساسى الذى وضع فى مرحلة مبكرة ، ويصبح أسلوب الحياة الذى تشكل هكذا إطار عمل مرشد وموجه للسلوك فى مرحلة لاحقة . وبعبارات أخرى ، فإن كل شىء نفعله يتشكل ويوجه بفعل أسلوب حياتنا الفريدة ، الذى يحدد أى جوانب من بيئتنا سنهتم بها وأيها سنتجاهلها .

ويتم تنظيم كل عملياتنا السيكولوجية (الإدراك والتفكير والشعور ... إلخ) في كيان واحد حيث تكتسب معناها من سياق أسلوب حياتنا ، ولنأخذ مثلاً ، الفتاة التي تكافح لتحقيق التفوق بتطوير كفاءتها العقلية ، من منظور أدلر ، فإن أسلوب حياة هذه الفتاة من المتوقع أن يشتمل على أنشطة تتطلب كثيراً من الجلوس ، مثل القراءة المكثفة والدراسة العميقة والتفكير المتواصل ، أو أي شيء يعمل على زيادة مستوى

كفاءتها العقلية ، بل إنها ستعمل حتى على ترتيب أدق التفاصيل عن الروتين اليومى لها ، مثل أوقات الفراغ والهوايات والعلاقات مع الأسرة والأصدقاء والمعارف والأنشطة الاجتماعية ، وفقاً لأهداف التفوق الفكرى . وعلى النقيض من ذلك ، فإن شخصاً آخر يعمل باتجاه الكمال الجسماني سيحرص على تشكيل حياته بطريقة من شأنها تحقيق هذا الهدف ، وكل شيء يفعله يضع نصب عينيه بلوغه التفوق الرياضي، وبوضوح ، فإنه في رأى أدار ووفقاً لنظريته فإن كافة جوانب سلوكه الشخصي تنبع من أسلوبه أو أسلوبها في الحياة ، والواقع أن المفكر يتذكر ويفكر ويحكم ويشعر ويتصرف بطريقة مختلفة تماماً عن الرياضي ، حيث إن الاثنين متباعدان أو أشبه بقطبين متباعدين سيكولوجياً بالنسبة إلى أساليب حياتهما على التوالي .

أناط الشخصية : الجاهات أسلوب الحياة :

Personality types: Life style attitudes

أكد أدار أن أساوب حياتنا يفسر تماسك شخصيتنا طوال حياتنا وكذلك توجهنا العام إلى العالم الخارجى ، وفي هذا الإطار ، لاحظ أن الشكل الصحيح لأسلوب حياتنا يمكن أن يظهر فقط من الطريقة التي نعالج ونحل من خلالها مشكلات معينة في الحياة والعمل والصداقة والحب work, friendship, love : وهي المهام الثلاثة التي لا يمكن أن يتفاداها المرء ولابد من مواجهتها في الحياة ، كما أكد أدار أن أيًا من هذه المهام الثلاثة لايمكن أن يعمل بمعزل عن المهام الأخرى ، فهي متداخلة -interrelat المهام الثلاثة يعتمد على أسلوب حياتنا ، يقول أدار (١٩٥٦) إن ،حل أي من هذه المهام الثلاثة يساعد في حل المهام الأخرى ، ونستطيع حقاً القول بأنها تشكل كلها جوانب للموقف نفسه والمشكلة نفسها ، ألا وهي الحاجة إلى محافظة الإنسان على الحياة وإلى تطويرها ودعم الحياة في البيئة التي يجد نفسه فيها، (ص ١٣٣) .

ونتيجة لأن كل أسلوب حياة يعد فريداً لدى الشخص الذى أوجده ، فإن التعميمات الإجمالية generalizations عن أنماط الشخصية أمر محتمل ، ومن خلال هذا الفهم ووفقاً لما يقول به دريكيرز ، Dreikurs (١٩٥٠) فإن أدار قد اقترح نمطاً موحداً لمواقف واتجاهات أسلوب الحياة ، يمكن من خلاله يمكن تصنيف الأشخاص بناءً على قدراتهم لإيجاد حلول لمهام الحياة الرئيسية الثلاثة : العمل والصداقة والحب.

وهذا التصنيف يتشكل من بعدين: الاهتمام الاجتماعي social interest وهذا التصنيف يتشكل من بعدين: الاهتمام الاجتماعي

ويمثل الاهتمام الاجتماعي الشعور بالتعاطف للإنسانية humanity جمعاء ،

من خلال التعاون مع الآخرين ، من أجل التقدم الاجتماعى للأمام ، بدلاً من تحقيق مكاسب شخصية محضة ، وهذا البعد يشكل المعيار الرئيسى للنضج maturity النفسى كما يقول أدار .

وعلى النقيض من هذا البعد ، يأتى البعد الثانى حيث الاهتمام الأنانى ، وتشير درجة النشاط إلى حركة الشخص تجاه حل مشكلات الحياة الكبرى ، أو ما قد يطلق عليه ،مستوى الطاقة، energy level التى نولد ونحن مزودين بها ، وتتشكل عادة أثناء الطفولة ، بيد أنها تختلف من شخص إلى آخر ، من شخص متردد إلى شخص مفرط النشاط ، وهذه الدرجة من النشاط تصبح بناءة أو مدمرة حين ترتبط بالاهتمام الاجتماعى .

وعلى الصد من الأنماط الثلاثة ، يقترح أدار عدداً من أنماط الشخصية تتمثل في نمط: المسيطر ، والاستحواذي ، والمتجنب ، وهي أنماط تفتقر إلى الاهتمام الاجتماعي ، بيد أنها تتباين في درجة النشاط ، والنمط الرابع يطلق عليه المفيد اجتماعياً ؛ لأنه يتصف باهتمام اجتماعي عال المستوى وبدرجة من النشاط مرتفعة ، ويذكرنا أدلر بأنه ما من علم لدراسة أنماط الشخصية ، بمقدوره أن يصف بدقة محاولات الفرد وسعيه ونضاله لتحقيق التفوق والكفاءة competence . والكلية محاولات الفرد وسعيه ونضاله لتحقيق التفوق والكفاءة ، يمكن أن يسهل علينا فهم السلوك الإنساني من منظور أدلر .

The Getting type : النمط المستحود

كما يتبين من الاسم ، ينطبق هذا النوع على الأشخاص الذين لديهم موقف أو اتجاه لأسلوب حياة يرتبط بالعالم الخارجي بطريقة طفلية ، ويفتقر هؤلاء الأشخاص إلى الاهتمام الاجتماعي ، وهم ويعتمدون، على الآخرين في تلبية معظم احتياجاتهم . واهتمامهم الرئيسي في الحياة هو الحصول على كل ما يمكن الحصول عليه من الآخرين ، ومع ذلك فإنه ليس من المحتمل أن يؤذي هؤلاء غيرهم .

The Avoiding type: النمط النسحب

الأشخاص من هذا النعط ليس لديهم الاهتمام الاجتماعى الكافى أو النشاط الذى يمكنهم من حل مشكلاتهم ولأنهم يخشون الفشل أكثر مما يرغبون فى النجاح ، فإن حياتهم تتسم بالسلوك غير المفيد اجتماعيا والمتمثل فى النزعة السلبية والميل إلى الهروب من أداء المهام فى الحياة . وبعبارة أخرى .. فإن هدفهم هو طرح مشكلات الحياة جانباً ، وبذلك يتفادون أى احتمال بالفشل .

النمط المفيد اجتماعياً: The Social useful type

هذا النوع من الأشخاص هو قمة النصح في تصور أدلر ، فالشخص من هذا النمط يجسد الدرجة العليا للاهتمام الاجتماعي والمستوى العالمي للنشاط . وهذا الشخص الموجه اجتماعياً يعبر عن اهتمام حقيقي بالناس ، وهو أو هي يعتبر المهام الثلاثة الرئيسية في الحياة وهي العمل والصداقة والحب كمشكلات اجتماعية ، وعلاوة على ذلك ، يدرك هذا الشخص أن حل المشكلات يتطلب التعاون والشجاعة الشخصية والرغبة في المساهمة في رفاهية الآخرين .

Social interest : الاهتمام الاجتماعي

ومع ذلك فإن ثمة مفهوما حاسما آخر في علم النفس الفردى عند أدار يتمثل في ذلك المفهوم عن الاهتمام الاجتماعي . ويعكس هذا المفهوم إيمان أدار الشديد بأننا كائنات اجتماعية ، بمعنى أنه لابد وأن تفكر في علاقتنا بالآخرين والإطار الاجتماعي الثقافي الأشمل والأوسع الذي نعيش فيه ، إذا كان يتعين علينا أن نفهم أنفسنا جيداً . ولكن الأكثر من هذا أن هذا المفهوم يعكس التغيير الحاسم ، وأن يكون تدريجياً في تفكير أدار بالنسبة إلى العناصر التي تشكل القوة المحركة الهائلة التي تدفع كافة الأنشطة الإنسانية .

وفى البدايات الأولى لحياته العلمية ، كان أدار يرى الأشخاص مولعين بالرغبة فى بلوغ السلطة والقوة الشخصية والحاجة إلى الهيمنة . وبوجه خاص ، كان يعتقد أن الناس مدفوعون بالحاجة إلى التغلب على مشاعرهم المتأصلة بالدونية ، وأنهم مدفوعون بالرغبة فى بلوغ التفوق .

وقد لاقت هذه الآراء احتجاجاً واسع النطاق . فقد وجه إلى أدلر انتقاداً شديداً لتأكيده الدوافع الأنانية ، بينما يتجاهل الدوافع الاجتماعية ، واعتبر عديد من المنتقدين رأى أدلر في مسألة الدوافع بأنها لا تعدو أن تكون وجهة نظر معدلة لمبدأ داروين ونظريته بشأن البقاء للأصلح . ومع ذلك ، وفي وقت لاحق من بلوغ نظامه مرحلة النضج ، بدأ أدلر يشعر بأن الأشخاص مدفوعون بقوة ؛ بدوافع اجتماعية إيجابية ، ورأى أدلر أن الأشخاص تحركهم الدوافع الاجتماعية التي تجعلهم يتخلون عن الكسب الشخصي لصالح المنفعة الاجتماعية ، ويكمن جوهر هذه الرؤية في أن الناس يتنازلون عن احتياجاتهم للصالح الاجتماعي العام .

وينبع الاهتمام الاجتماعي من المصطلح الألماني, Gemeinschafttsgefuhl وينبع الاهتمام الاجتماعي من المصطلح الأنجليزية ، وهو يعني شيئاً ما في

منظومة الشعور الاجتماعي، Social feeling والشعور الجماعي أو معنى التضامن، Social feeling . كما يتضمن التوحد Identification مع المجتمع الإنساني والشعور بالأخوة مع كل عضو من الجنس البشري .

واعتبر أدار أن الاهتمام الاجتماعي إمكانية كامنة Potential في الإنسان ، ومن ثم فهو فطرى innate ، ولذا فكل إنسان هو مخلوق اجتماعي بالفطرة وليس بحكم العادة ، ومع ذلك ، فمثل أي نزعة فطرية ، لا يبرز الاهتمام الاجتماعي على نحو آلي ، بل يبرز من خلال النمو الاجتماعي وهو بحاجة إلى تغذيته حتى يثمر من خلال النمو الاجتماعي وهو بحاجة إلى تغذيته حتى يثمر من خلال التدريب والتوجيه الصحيحين .

وينشأ الاهتمام الاجتماعى من خلال العلاقة بين الأم والطفل ، ولذا فإن مهمة الأم تكمن في غرسها في نفس الطفل معنى الإحساس بالتعاون ، والارتباط والصداقة والحب وغيرها من الصفات والمعاني التي اعتبرها أدار مترابطة ومتلازمة ، وبطريقة نموذجية يتعين أن تظهر الأم الحب الحقيقي لطفلها ، وهو الحب الذي يتركز حول رفاهية الطفل وسلامته وسعادته .

كما أن حب الأم لزوجها ولأطفالها وللناس بوجه عام يوفر دوراً نموذجياً للطفل ويقدم له قدوة يمكن أن يتأثر بها مستقبلاً ، لا سيما وأنه يتعلم من هذا الأسلوب الاهتمام الاجتماعي الواسع ، وأن هناك أناساً مهمين آخرين في هذا العالم .

والحقيقة أن عديدا من المواقف والاتجاهات المرتبطة بأسلوب الحياة والتي تتأثر بسلوكيات الأم قد تعمل على تقوية الشعور لدى الطفل بمعنى الاهتمام الجماعي والصالح الاجتماعي وإذا – على سبيل المثال – ركزت الأم فقط على أطفالها ، فإنها لن تكون قادرة على تعليمهم تحويل الاهتمام الاجتماعي إلى أشخاص آخرين ، وبالمثل إذا كانت تؤثر زوجها وتفضله على أطفالها في المعاملة فإنهم سيشعرون بأنهم غير مرغوبين ، كما سيتغير حماسهم إزاء الاهتمام الاجتماعي ، وأى سلوك يزيد من غير مرغوبين ، كما سيتغير حماسهم إزاء الاهتمام الاجتماعي ، وأى سلوك ولعجز مشاعر الأطفال بأنهم مهملون غير محبوبين يؤدي إلى شعورهم بالنقص والعجز وعدم القدرة على التعاون .

وفى رأى أدار ، يعد الأب ثانى أهم مصدر من مصادر النفوذ والتأثير على الطفل وتنمية الاهتمام الاجتماعى لديه ، ولهذا ، لابد وأن يكون لديه موقع إيجابى تجاه زوجته وعمله ومجتمعه . وبالإضافة إلى ذلك ينبغى أن يعرض الاهتمام الاجتماعى المطور لديه نفسه فى إطار علاقته مع أطفاله ، وبالنسبة إلى أدار ، فإن الأب المثالى هو الذي يعامل أطفاله كأصدقاء ، والذي يتعامل على قدم المساواة مع

زوجته في العناية بهم ، وينبغي أن يتجنب الأب أيضاً الأخطاء المزدوجة للتمزق العاطفي والتسلطية الأبوية والتي يكون لها التأثير ذاته . والأطفال الذين يعانون من الانفصال بين الزوجين يميلون إلى السعى لتحقيق التفوق الشخصى ، بدلا من تحقيق أي هدف يرتكز على الصالح الاجتماعي . وبالمثل ، فإن السلطة الأبوية تؤدى إلى أسلوب حياة خاطئ ، ذلك أن الأطفال الذين لديهم أب استبدادي يتعلمون الكفاح من أجل السلطة والتقوق الشخصى وليس الاجتماعي .

وأخيراً اعتبر أدار العلاقة الزوجية ذات تأثير هائل على تطور الشعور الاجتماعي لدى الطفل .. فإن كانت العلاقة الزوجية مثلاً ، غير سعيدة ، سيكون لدى الأطفال فرصة قليلة لاكتساب الاهتمام الاجتماعي ، وإذا حولت الزوجة مساندتها العاطفية بعيداً عن زوجها باتجاه الأطفال ، فسوف يضر ذلك الأطفال أنفسهم نظراً لأن الحماية المبالغ فيها ، تضعف الاهتمام الاجتماعي . وإذا دأب الأب على توجيه الانتقاد العلني لزوجته ، يفقد الأطفال الاحترام للوالدين معاً . وإذا كانت هناك خلافات بين الزوجين ينعكس ذلك سلباً على الأطفال الذين يعدون الخاسرين النهائيين في هذه اللعبة ، وهو أمر حتمي لأن الحب بات مفقوداً بين الزوجين .

الاهتمام الاجتماعي كمقياس للصحة النفسية:

Social Interest as a Barometer of Psychological Health

طبقاً لما ذكره أدلر ، فإن درجة الاهتمام الاجتماعي تمثل معياراً مفيداً لقياس الصحة النفسية للشخص . وقد اعتبر الاهتمام الاجتماعي ،باروميتر الحالة السوية ، وهو المعيار الذي يستخدم في الحكم على قيمة حياة الشخص ، وفي رأيه أن حياتنا لها قيمه عندما نستطيع أن نضيف قيمة إلى حياة الآخرين ؛ ذلك أن الأشخاص الأسوياء مهتمون بالفعل بالآخرين كما أن هدفهم في تحقيق التفوق ، هدف له أبعاده الاجتماعية ورفاهية الآخرين ، وعلى الرغم من أنهم يدركون أن العالم ليس على صواب كله ، إلا أنهم ملتزمون بمهمة تحسين مستوى الإنسانية ، وباختصار ، فهم لا يشعرون بأي معنى أو قيمة فعلية لحياتهم ، ما لم يساهموا في النهوض بحياة رفاقهم ورفاهيتهم في الحياة .

وعلى الصد من ذلك ، فإن الأشخاص غير المتوافقين اجتماعياً ، يفتقرون إلى الاهتمام الاجتماعي ، ويعيشون في تمركز حاد على أنفسهم ، ويسعون إلى تحقيق التفوق الشخصى على حساب الآخرين ، لكل منهم حياة لها قيمة خاصة به ، فهم مشغولون بالاهتمام بالذات وبحمايتها عن أى شيء آخر .

الكلية الجزئية: Elementalism - Holism

الكلية فكرة راسخة والتزام تصورى في كتابات أدار ، ولعل ذلك قد ظهر على نحو واضح ، عندما أطلق أدار على توجهه النظرى اسم علم النفس الفردى ، لكى يؤكد وجهة نظره عن الإنسان ، بوصفه كائنا متميزا ، غير قابل للتجزئة أو الانقسام indivisable ، يمثل كينونة متوحدة ، وذاتا متسقة الرجود (*) . وقد أكد أدار ذلك دوما حتى في كتاباته الباكرة .

وعلى نحو أكثر تخصصا ، بين أدار أن الذات الإبداعية في مرحلة الطفولة هي الذي تشكل أهداف الشخصية الخيالية النهائية صوب الكلية حيث العلو والسمو بالذات ، الذي من أجلها يكافح الناس طوال حياتهم ، وللحقيقة فإن أسلوب الحياة يمكن التنبؤ به من خلال الهدف النهائي ، وباختصار فإن سلوك الفرد يمكن فهمه في سياق من التصور الغائي teleological للنضال الإنساني ؛ أي إن كل عمل إنما يستهدف الوصول إلى غاية معينة .

القابلية للتغير - اللاقابلية للتغير Changeability - Unchangeability

وعلى الرغم من اختلاف فرويد وأدار على نحو دراماتيكى حول كثير من الفروض الأساسية الخاصة بالطبيعة الإنسانية ، إلا أنهما اتفقا حول فرضية مهمة ، هى عدم قابلية الإنسان الحى للتغير ، ولهذا يركز أدلر ، مثل فرويد على أن السنوات الخمس الأولى تشكل المكون الأساسى للشخصية ، وأن بنية هذه الشخصية تستعصى على التغير بعد سنوات التكوين الخمس ...

بيد أن عدم القابلية للتغير تظهر في افتراضات أدلر على نحو مغاير لافتراضات فرويد .

تفسسر ذلسك

أن عدم القابلية للتغير يظهر بوضوح في مفهوم أدار عن أسلوب الحياة الذي يربتط بالشعور بالنقص ومحاولات التعويض في سن باكرة . ويتبلور أسلوب الحياة حول الخامسة من العمر ، ومن ثم التأثير على كافة جوانب الشخصية .

وفى الحقيقة ، فإن الناس من خلال أسلوب الحياة يعيشون حياتهم بنضال من أجل التفوق ، والسعى الدائم من أجل هدف يسعون إلى تحقيقه .

^(*) Invisable, Self consistent and unified entity.

وعلى الرغم من أن أسلوب الحياة يكشف عن نفسه على أنحاء شتى ، وفى فترات عمرية متباينة ، إلا أنه يظل ثابتاً يستعصى على التغير طوال سنوات الحياة . ومن هذا يتضح أن أدلر التزم بالفرضية القائلة بعدم القابلية للتغير .

الذاتية - الموضوعية Subjectivity - objectivity

تمثل الذاتية الافتراض الأساسى عند أدلر، ولهذا كان توجهه العلمى صوب تأسيس علم نفس فردى يتخذ من ذاتية الفرد محوراً له ، ولهذا اعتبر - على سبيل المثال - أن الترتيب الموضوعى لميلاد الطفل ليس مهماً فى تشكيل وبناء الشخصية ، بقدر أهمية المعنى الذاتى الذى يربطه الطفل بوضعه وما يصحب هذا الوضع من مواقف .

ولهذا فإن نمو الاهتمام الاجتماعي عند الطفل يمكنه من تفسير سلوك الأم أكثر بكثير من استجابته للمحتوى الموضوعي لهذا السلوك ، وتظهر الذاتية على نحو أشد وضوحاً فيما يطلق عليه الأهداف الخيالية الغائية .

ويعتبر أدار أول من استخدم مصطلح Schema of apperception مخططات الإدراك ، ليصف تلك العمليات الإدراكية التى نستطيع من خلالها أن نفسر حقائق وجودنا فى العالم ، فقد كان يعتقد أن الوقائع الموضوعية تتحول إلى مخططات ذاتية قبل أن تحدث تأثيراتها على الشخصية أو السلوك .

الفاعلية في مقابل ردة الفعل Proactivity - Reactivity

المنحى الأساسى في علم النفس الفردي هو اعتبار ،حياة الإنسان كفاحاً دينامياً من أجل الكمال، .

وانطلاقاً من ذلك كانت فروض أدلر التصورية ، والتي من بينها تصوره أن الفاعلية Proactivity تكمن في داخل الفرد وتتجلى في: تلك المثابرة ، والتوجه صوب المستقبل Orientation ، وكل أشكال كفاح الإنسان من أجل العلو والتفوق والكمال Perfection .

وللحقيقة فإن أدار قد افترض أن ثمة قرة إيجابية أو دينامية تكمن في خلف الفاعلية الإنسانية ، تتمثل في السعى صوب التفوق والعلو في الحياة .

فمثلما يكشف الرضيع بحركاته عن شعوره بالنقص ، ونزوعه المستمر إلى التحسن ، وحل المتطلبات الحيوية ، من خلال حركاته وجهوده المستمر باحثا ومنقبا ومكتشفا للعالم من حوله .

هاهنا تبدأ القوة المبدعة للطفل في البزوغ من خلال أساليب التربية التي يتلقاها ويستعملها لتجسد أسلوب حياته ، فيبتكر هدفاً يلاحقه دون توقف ، فيدفعه بالتالي إلى التصور والتفكير والحس والعمل ، ولا تستطيع قوة في العالم – كما يقول أدار – منع افتراض وجود هدف توجّبه الحركة صوبه ، ولا توجد حركة دون هدف ، ويمكن إدراك هذا الهدف في ذلك الشعور الإنساني بأن يكون الإنسان سيد العالم، .

وعلى أية حال .. فإن الرغبة المتواصلة الدوام لبلوغ أهداف نمائية مستقبلية ، تكون رد فعل Reaction لمثيرات البيئة الخارجية ، وأن الإنسان الأدارى هو نزوع مستقبلى وكفاح من أجل التفوق والكمال .

التوازن الداخلي في مقابل التوازن الغيري:

Homeostasis - Heterostasis

إن قانون الحياة الجوهرى يكمن في الانتصار على المصاعب وتحقيق التوازن الجسدى والنفسى ، والنمو الجسمى والنفسى والنزوع إلى الكمال .

وتبرز معجزة التطور في الجهد الذي يبذله الجسم للمحافظة على كل العناصر اللازمة لحياته وتكميلها وتعويضها في الوقت نفسه ، وهذا يعنى ميل أعضاء الجسم والدم للإبقاء على الثبات ، مثال ذلك أن الدم ينبغي أن يحتفظ بمستوى ثابت نسبياً من الملح والسكر ... إلخ .

يقول أدار ، إن قوة الاندفاع لدافع ما Impetus تندفع من السالب إلى الموجب بغير انتهاء end ومن أسفل إلى أعلى بغير انقطاع ، (ص ٣٩٨) .

وتصور أدار للتوازن الداخلى لا يعنى كما توضح الكثرة من نظريات علم النفس خفض التوتر reduce tension ، وإبقاء الكائن في حالة داخلية من التوازن -reduce tension ، وإنما يتضمن التوازن الداخلي عند أدار ارتفاع حدة التوتر tension increase في الدافع ، لينطلق من حالة ،السالب إلى الموجب، ومن ،أسفل إلى أعلى، .

إن التوازن عند أدار مهدد باستمرار ، والإنسان ، عبر نزوعه صوب الكمال ، وهو في حالة مستمرة من التوتر النفسى ، وهو يعى الوسائل الضئيلة التى تتوافر له لبلوغ هدفه في الكمال ، إن الشعور بأنه بلغ درجة مرضية في عروجه نحو الاكتمال ، هو الذي يمنحه فقط القيمة والأمن والسعادة .

إن الكينونة تعنى وجودها ضمن نقصها ، الأمر الذي يتطلب تعويضاً عن هذا النقص وتجاوزاً له ، ويختلف اتجاه التعويض الذي نسعى إليه ، بقدر اختلاف هدف

الكمال المنشود ، وبقدر ما يكون الشعور بالنقص محسوساً بعمق ، تكون رغبة التعويض أشد إلحاحاً ويكون التوتر النفسى أكثر عنفاً .

وعند أدار فإن الدافع الأساسى fundamental motive هو الكفاح من أجل العلو، وفي سبيله لا نخفض من حدة التوتر المترتبة على هذا الكفاح، بل إننا نستولد generate التوتر في كفاحنا المتواصل لبلوغ الأهداف المستقبلية.

و التوازن الغيرى، عند أدار يعنى قدرة الفرد على تحقيق الذات ، أو هو الدافع الراسخ Constantly في انجاه تحقيق إمكانات الإنسان الكامنة ، وأن هذه الإمكانات الكامنة فطرية innate المنشأ ، وأن الإنسان يمضى في الحياة متبعاً نزوعه للنمو الطبيعي لتحقيق الذات وامتلائها .

وفى الحقيقة ، فإن أدلر فى عرضه لمفهومه عن «التوازن الغيرى» يصور الناس كمناضلين من أجل التفوق والأهداف المستقبلية بابتكارهم أساليبهم الحياتية المتميزة .

القابلية للمعرفة - في تقابل عدم القابلية للمعرفة :

Knowability - Unknowability

يؤكد أدار أنه قد تأثر بفلسفة Vaihinger ولا سيما كتابه والفلسفة : كما لوه : فقد اتخذ أدار من هذه الفلسفة إطاراً مرجعياً لتصوراته التي أطلق عليها الإيجابية المثالية Idealistic positivism ، ويمكن فهم هذه الإيجابية المثالية من خلال البني التصورية التي افترضها أدار ، كمفهوم الأهداف الخيالية Fictions .

وهذا المفهوم، حتى ولو كان معارضاً للحقيقة ، فإنه سيسفر عن مجموعة من القيم التي لا غنى عنها في حياة الإنسان .

ويطرح مجموعة من الأسئلة: ما المهم في حياتنا إذا لم تكن هناك حقيقة مطلقة أو صواب مطلق ؟ ومن ذا الذي يكون بمقدوره أن يعرف ذلك ؟

ويجيب أدار بأننا لا نملك الحقيقة المطلقة ، ولذلك نحن مجبرون على التأمل في مستقبلنا ونتائج أعمالنا .

وإننا لا نستطيع منح قيمة لنشاط فرد أو مجموعة من الأفراد ، إلا إذا أفضت إلى إبداعات ذات قيمة خالدة بالنسبة لتطور الإنسانية ، ومن هنا ، فإن الأمر لا يتعلق بامتلاك الحقيقة ، إنما فقط في محاولة الوصول إليها .

ويتساءل : ما مصير أولئك الذين لم يساهموا بشيء لفائدة البشرية ؟ يجيب

أدار: لقد اندثروا عن آخرهم ، ولم يبق لهم أثر ، لقد انطفأوا بأجسامهم وأرواحهم وابتلعتهم الأرض ، لأنهم لم يستطيعوا التوجه إلى المستقبل .

وفى كتابه ،علم النفس الفردى، كتب أدار يقول: ينبغى أن نفتح المجال فى علم النفس الفردى لتصورات تنبع من الميتافيزيقا، أو ما يمكن أن يطلق عليه التأمل Speculation أو التسامى Transcendentalism فلا يوجد علم كان بمعزل عن مجال الميتافيزيقا، (ص ١٤٢).

ولهذا احتلت القابلية للمعرفة حيزاً أساسياً في كتابات أدار ، فالإنسان مدفوع بفطرته وبإمكاناته الكامنة ، واهتمامه الاجتماعي وحسه المشترك إلى البحث والتنقيب والإبداع ، الذي يجسد المستقبل ويعتبر كتابه ، فهم طبيعة الإنسان، Human Nature والإبداع ، الذي كتبه بطريقة تميزت بالبساطة والبرجماتية ، ومحاولة فهم بعض الجوانب الخفية المبهمة Mystery في الطبيعة الإنسانية ، التي تعكس بالفعل بعض الجوانب علم النفس الفردي من أكثر العلوم النفسية قدرة على فهم الطبيعة الإنسانية ، وقد أكد أدار أن دراساته ومحاولته للفهم لم تمنحه إلا قدراً قليلاً من فهم طبيعة الإنسان.

العصاب النفسي Neurosis

رغم أن أدار قد كتب الكثير عن السلوك العصابى ، إلا أن أبرز تعريفاته هو أن والعصاب نمو طبيعى ومنطقى فى الفرد الذى يتسم نسبياً بعدم الفاعلية أو غيبة النشاط، متمركزاً على ذاته ، يتسم نضاله من أجل التفوق بطابع شخصى محض ، وهذا التمركز حول الذات ، وذلك الطابع الشخصى يعوقان تطور اهتمامه الاجتماعى ، وأسلوب الحياة المتميز كما هو الحال فى هؤلاء السلبيين المدللين، (١٩٥٦، ص ٢٤١) .

وتعريف أدار يتشكل من عدة مكونات ، ترسم مظاهر الشخصية العصابية التى تتسم ،بعدم الفاعلية النسبية، النسبية، Comperatively inactivity وهو معنى يشير إلى درجة النشاط أو الفاعلية كبعد محدد لاتجاهات أسلوب الحياة في أنماط الشخصية -Typolo عند أدار .

وعند أدار فإن العصابى يتسم بالافتقار إلى الفاعلية الضرورية لإيجاد حلول صائبة لمشكلات حياته .

والخاصية الثانية للعصابى هو أنه شخصى ، متمركز على نفسه فى كفاحه من أجل التفرق Personal, egocentric striving for superiority ويفيرض أن أجل التفرق يناضل من أجل أهداف تتسم بالأنانية فى الحياة الأمر ؛ الذى يفضى إلى

تعويق نمو اهتمامه الاجتماعي .

وعلى أية حال فإن أدار يعتقد أن الأشخاص العصابيين يضعون أهدافهم فى التفوق على نحو مبالغ فيه عن غيرهم من الأسوياء من الناس ، ومن ثم يتجهون لبلوغ هذه الأهداف على نحو من التصلب .

والنقطة الأخيرة في تعريف أدار لوصف أساليب حياة المدللين pampered من الأفراد الذين يتسمون بعدم الفاعلية . وهذا الجزء من التعريف يترجم اعتقاد أدار بأن الغصابي يريد أن يكون مدللاً من الآخرين ، مفتقراً إلى الاهتمام الاجتماعي ، وإلى درجة الفاعلية التي نحتاجها لمواجهة مهام الحياة ، العصابي هو شخص يريد أن يعتمد اعتماداً كلياً على الآخرين في مواجهة مشكلات الحياة اليومية .

وككل الناس، يعيش العصابى ويحقق صراعاته، ولكنه يتميز بوضوح عن الآخرين خلال بحثه عن الحل، فلقد شكل العصابى منذ طفولته قانونه الدينامى الخاص به، بحيث ينسحب عن مواجهة القضايا التى قد تهدد بالخطر كبرياءه عبر هزيمة محتملة، تهدد بحثه عن التفوق الشخصى البعيد عن الاهتمام الاجتماعى، ورغبته فى أن يكون الأول، وشعاره وكل شىء أو لا شىء، ولهذا يكون تصلبه وتشدده وتمركزه على ذاته egocentric يجعله يعتقد بأنه مشرف على الهزيمة، وفقدانه الطمأنينة.

ويهتم العصابي بعزاته التي هو مستعد لدفع ثمنها بأية تضحية .

ويؤكد أدار اهتمام العصابى بالانسحاب ، لأنه يعتبر أن كل خطوة إلى الأمام كسقوط فى هوة عميقة ، ولهذا السبب يحاول أن يتجنب الآخرين ، وأن يضع نفسه فى موقع خلفى ، وأن يعيش فى كنف نفسه منعزلاً ومنسحباً .

ثانیاً : کارل یونج Carl Jung

النظرية التحليلية في الشخصية:

An Analitical Theory of Personality

يعتبر يونج ثانى المنشقين على فرويد ، فقد انشق عن الاتجاء التحليلي مكونا منحى جديداً في علم النفس وفي البحث عن ديناميات الشخصية واللاوعي الجمعى والحاجات الروحية والقوى الخلاقة في الإنسان ، أطلق عليه اسم علم النفس التحليلي Analytical Psychology

ويتفق يونج مع فرويد في بعض الجوانب ، ويختلف معه في جوانب أخرى ، يتفق معه في أنه وهب حياته لدراسة الاتجاه الدينامي ، وتأثير اللاشعور على السلوك والخبرة الإنسانية .

ويختلف معه في أن اللاشعور لا يحتوى فقط على مكونات جنسية ، وحفزات urges عدوانية .

ويفترض أن الإنسان تدفعه قوى ضمن نفسية وخيالات ، انبثقت من التاريخ التطورى للإنسان ، ذلك الذى يحتوى على الشعور وراثى inherited ممتلئ بجوانب روحية عميقة ، وتفسيرات جد عميقة للنضال الإنسانى من أجل بلوغ الاكتمال النفسى.

وقد آثر يونج استخدام اصطلاحى والنفسى، Psyche والنفس Psychic على وقد آثر يونج استخدام اصطلاحى والنفس، mental - mind والعقل والنفس، والنفس، mental - mind ما في هذين المصطلحين من ارتباط بحياتنا الشعورية واللاشعورية واللاشعورية معا .

يقول يونج: إن الشعور قد نشأ عن اللاشعور ، ومن ثم فهو أقدم منه عمراً ، وأن اللاشعور قد يعمل في تناسق مع الوعى أو حتى رغما عنه .

وثمة اختلاف آخر بين فرويد ويونج ، يكمن في دور الجنسية sexuality كدافع مهيمن بقوة على الشخصية ؛ فقد ذهب فرويد إلى أن الليبيدو libido هُو مكمن الطاقة

الجنسية في حين أرتأى ويونج، أن الليبيدو قوة إبداعية في الحياة ، تعبر عن نفسها بطرق شتى من بينها: الدين والقوة .

سيرة ذاتية :

ولد يونج عام ١٨٧٥ في مدينة كيسيفل في سويسرا ، وكان والده قسيساً وأستاذا في فقه اللغة .

وكان طفلاً وحيداً ، بيد أنه كان تلميذا متميزا ، شديد الولع بالقراءة في الدين والفلسفة .

وقد كتب فى مذكراته (١٩٦١) أنه كان مشغولا بأحلامه وبرؤياه visions التى تعكس إيمانه بالقوة الخارقة للطبيعة ، وبتخيلاته المتواصلة ، ومن ثم كان يعتقد بأنه يمتلك معلومات سرية عن المستقبل ويتمتع بأخيولات fantasies متدفقة ، وأنه كان شخصين مختلفين فى شخص واحد .

وعندما شب الصبى كارل لاحظ أن إيمان والده الدينى يهتز ، فحاول أن يعيد إليه الإيمان المرتكز على الخبرة الشخصية ، والتأمل الذاتى العميق ، بيد أنه فشل ، واستمر الخلاف بينه وبين والده ، فغير من توجهه فى الحياة ، رافضاً دراسة اللاهوت ليصبح كاهنا مثل والده ، واتجه إلى دراسة الطب ، والتحق بجامعة بازل Basel ، ليصبح كاهنا مثل والده ، واتجه إلى دراسة الطب ، والتحق بجامعة بازل المحيث درس الطب من ١٨٩٥ – ١٩٠٠م ، ثم واصل دراست حتى حصل على الدكتوراه فى الطب النفسى من جامعة زيورخ ٢٠٠١ ، واستقر فى زيورخ حيث مارس عمله مساعد فى مستشفى للأمراض النفسية تحت إشراف العلامة بلولير Bleuler الذى يعتبر أول من سك مصطلح schizophrenia .

وبدأ اتصاله بفرويد إثر قراءته لكتاب فرويد تفسير الأحلام Intrepretation of وبدأ اتصاله بفرويد إثر قراءته لكتاب فرويد ويونج في منزل فرويد في قيينا ١٩٠٧، العالمان فرويد ويونج في منزل فرويد يؤمن بقدرات ديونج ونشأت بينهما علاقة عملية وشخصية عميقة ، فقد كان فرويد يؤمن بقدرات ديونج العقلية والتصورية ، وأنه من الممكن أن يكون المتحدث باسم جماعة التحليل النفسي ، لعدة أسباب : لعل من أهمها أنه ،غير يهودي، ومن فرط إعجاب فرويد بيونج ، لقبه بالابن الأكبر ، والوريث ، وولى العهد المنتظر ، واختاره ليكون أول رئيس للرابطة

^(*) The brain is an appendage to the genital glands.

. International Psychoanalytic Association (۱۹۱۰) الدولية للتحليل النفسى

ومع بداية عام ١٩١٣ ، اختلف العالمان وانفصلا (Alexander, 1982) فاستقال يونج من رابطة التحليل النفسى ، وانسحب من عضويتها ولم يلتق الاثنان مرة ثانية .

وبعد أربع سنين تعرض يونج لأزمة نفسية حادة ، وقد بلغ به الوهن حداً جعله يستقبل كمحاضر من جامعة زيورخ ، واستحوذت عليه التخيلات والأحلام ومحاولات استكشاف الذات، إلى درجة وصفه البعض بأنه أصبح قريبا من حافة الجنون -Mad استين ness (ستيرن 1977، Stern) .

ومع نهاية الحرب العالمية الأولى عاد يونج من رحلة الغوص في أعماقه ، ليبدع توجها جديداً في الشخصية ارتكز على التطلع الإنساني Spiritual .

وفي مفتتح سيرته الذاتية والمعنونة باسم وذكريات وأحلام وانعكاسات، ، كتب يقول وإن حياتي قصة تحقيق الإمكانات في اللاشعور،

(أ) علم النفسي التحليلي : المفاهيم والمبادئ الأساسية :

Analytical Psychology: Basic Concepts and principles

يمكن تلخيص المفاهيم الأساسية لعلم النفس التحليلي في عدد من التصورات:

The Structure of Personality: -۱

the state of the state of the state of the state of

افترض يونج أن النفس Psyche (وهو مصطلح يستخدمه للتعبير عن الشخصية) تتكون مع ثلاثة مكونات أو بنى منفصلة ، بيد أنها في حالة من التفاعل الدائم: الأنا ، اللاشعور الشخصي ، اللاشعور الجمعي .

The ego : الأنـــا

الأنا مركز العقل الواعى ، وتتكون من النفس التى تحتوى على : الأفكار والمشاعر ، والذكريات والإدراك ، وكل ما يمنحنا الإحساس المتواصل بالزمان ، ويحدد هويتنا الإنسانية .

وتعتبر الأنا المسئولة عن وعى الأفراد بأنفسهم ، وعن تنظيم الأنشطة العادية التي يقوم بها الفرد في الحياة .

The Personal unconsciousness اللاشعور الشخصى

يحتوى اللاشعور الشخصى على الصراعات والذكريات ، التى كانت واعية ، وتم كبتها أو نسيانها ، ويتكون أيضاً من الانطباعات الحسية التى إذا لم تكن فعًالة ونشطة فلن تتجدول في الوعى .

وللحقيقة فإن تصور يونج عن اللاشعور الشخصى يشبه مفهوم فرويد عن اللاشعور ، غير أن يونج (١٩١٣ – ١٩٧٣) ذهب خطوة أبعد من فرويد بتأكيده أن اللاشعور الشخصى يحتوى على العقد complexes أو تجمعات Clusters من ذكريات ومشاعر وأفكار مختزنة من الماضى النمائي للشخص أو تجارب ضاربة في عمق الزمان ، تعكس تجارب سلفية ، وأنها قد تنظم حول قضايا مشتركة ، ومن ثم قد تكون قوية على نحو مسيطر على سلوك الفرد .

اللاشعور الجمعي : Collective unconsciousness

افترض يونج (١٩٣٦ – ١٩٣٩) أن اللاشعور الجمعى يمثل ذلك الجزء الأعمق من النفس Psyche ، فهو مستودع الذاكرة الكامنة للإنسان عبر تاريخ الإنسان ، الذى يمتد من أسلافنا حتى يومنا هذا .. إنه انعكاس لأفكارنا ومشاعرنا التى يشترك فيها الناس جميعا .

يقول يونج ويحتوى اللاشعور الجمعى على الموروث الروحى، ويحتوى اللاشعور الجمعى على الموروث الروحى الذى يولد من جديد فى للإنسان عبر تطوره الزمنى ولك الموروث الروحى الذى يولد من جديد فى البنية العقلية لكل إنسان (Campbell, 1971 p. 45) ويعتبر فكرة اللاشعور الجمعى نقطة اختلاف بين يونج وفرويد وهذا راجع إلى إن يونج ينظر إلى اللاشعور نظرة أكثر إيجابية وهو ليس مجرد مستودع ومندوق قمامة نلقى فيه بكل ما هو مرفوض وطفولى وشاذ وحيوانى ومانريد نسيانه وكبته.

ويتفق مع فرويد في أننا ننسى ونكبت ما لا نحب ، أو ما ليس مقبولا في المجتمع ، والكبت Repression كما يعرفه يونج هو أن نصرف انتباهنا عن فكرة أو شعور أو حادث بصورة متعددة ومستمرة ، أى أن نصرف انتباهنا عن بعض الأشياء لكي نستطيع الانتباه إلى أشياء أخرى ، ومن ثم فهو فعل إرادي .

أما نقطة الاختلاف مع فرويد فترجع إلى أن يونج يرى أن اللاشعور الجمعى معبئ بإمكانات متواصلة بتواصل حلقات الزمان ، وإنه يمكننا أن نبحث عن إمكانات جديدة للحياة من اللاشعور . وأن اللاشعور يعتبر الرحم بالنسبة للأنا .

الأناط الفطرية (الأوائلية): Archetypes

افترض يونج أن محتويات اللاشعور الجمعى تنطوى على صور بدائية -Pri mordial images mordial images بطق عليها اسم الماذج أولية ، وهذه النماذج الأولية عبارة عن أفكار أو ذكريات فطرية ، من شأنها أن تهيئ الناس للإدراك والخبرة والعمل والاستجابة والمشاعر والأفكار وفق نماذج مشركة بين الناس ، عبر الأجيال المتعاقبة . فثمة أمور مشتركة بين الإنسان البدائي القديم والإنسان الحديث ، فالإنسان عبر الأجيال المتعاقبة لديه الاستعداد Predisposition لعبادة القوة والسيطرة على نحو ما يظهر في الحروب بين الأمم . ومثل هذه الظواهر العامة ، لا يمكن أن تنقل عبر الأجيال عن طريق العادة والقانون فقط ، بل إن الإنسان يرث هذه الأنماط ، أو بمعنى أدق يرث الاستعداد للقيام بهذه الأنماط ، وبعض هذه الأنماط الفطرية يرجع إلى الماضي السحيق من حياة الإنسان .

وعلى هذا ، كما يقول يونج .. فإن النماذج الفطرية ما هى إلا أشكال للفهم سابقة الوجود ،أى موجودة قبل نشوء الوعى ، وهى التى تهيئ الحدس والفهم على صيغ بشرية ذات توجه معين ، سواء فى الاستجابة العاطفية أم المعرفية أم السلوكية ، فالإنسان وهو يستجيب للأشياء بما هو إنسان .. إنما يستجيب بذلك القاسم المشترك بين الناس جميعا ، وهو فطرية النماذج الأولية والمتأصلة فى صلب تكوينه .

وما هذا الموروث إلا ميل للاستجابة العاطفية والمعرفية والسلوكية على نحو يتسم بالخصوصية ، فالناس تتباين فيما بينها في استجابتها للأبوين ، والحبيب والغريب والفيضان والموت باستجابات تترجم خبراتها الخاصة .

وقد وصف يونج بعض هذه النماذج الأولية : الأم ، الطفل ، البطل ، وحكمة الشيخ ، والله ، والشيطان والموت .

وكل نموذج من هذه النماذج يولد لدينا ميولاً للتعبير الخاص على نوع المشاعر أو الأفكار التي تربنا بالموقف .

فالنمط الأولى للأم ينتج صورة لشخص الأم ، فالطفل يرث تصوراً ذهنيا عن الأم ، وهذا يحدد إلى حد ما كيف يدرك الطفل أمه هو ، كما أن الطفل يتأثر بطبيعة الأم ، والخبرات التي تربط الطفل بها . ومن هنا ، فإن خبرة الطفل هي نتاج مشترك لاستعداد داخلي لإدراك العالم بصورة معينة، (سيد غنيم ، ٥٨٤) .

ويفترض يونج أن النماذج الأولية تنعكس في الأحلام وفي الفنون ، وأن الفن غالباً ما يتجلى في استخدام الثقافة للرموز في الفن والأدب والدين .

ويذهب يونج إلى أن الأحلام تصدر عن النفس ، وأن لغتها لغة رمزية ، ومن هنا يكون غموضها .

ويرى أن الأساطير تعبيرات أساسية عن النفس البشرية ، وأن الإنسان حينما يفقد قدرته على صنع الأسطورة ، يفقد صلته بالقوة الإبداعية في وجوده .

ويؤكد يونج أن الأنماط ليست بالضرورة منفصلة إحداهما عن الأخرى فى اللاشعور الجمعى ، وإنما تتداخل وتترابط فيما بينها ، وهذه الأنماط متعددة ، بل إنه يضع تصورات لإبراز هذه الأنماط الأولية تتمثل فى : القناع ، الأنيما والأنيموس ، الظلال والذات .

Persona: القناع - ١

وقد استعار يونج الكلمة برسونا Persona ومعناها القناع ليصف به ،الوجه الذى يتقدم به الإنسان للمجتمع ؛ ليقوم بأدوار اجتماعية مختلفة ، استجابة للمطالب الاجتماعية التى قد نجد من الضرورى أن نغلف ذواتنا بقدر من الغموض والتمويه وإخفاء كثير عن طبيعة أنفسنا عن الآخرين ، لنتفق ومقتضيات الجماعة ، ومن ثم قد يكون هذه الوجه ، مغايراً لطبيعة أنفسنا .

والشخص الذى يعيش خلف قناع ، هو شخص غريب عن نفسه ، قد ينحرف كثيراً عن مشاعره وتعبيراته الوجدانية الحقيقية ، ولا يستطيع أن يحقق ذاته ، ومن ثم يكون أقرب إلى الأعراض المرضية منه إلى السواء النفسى ، فهو شبه إنسان يحيا مخفياً خلف قناع ، ولا يمكنه تحقيق ذاته .

Shadow: الظل - ۲

نمط أولى نرثه عن أجدادنا وأسلافنا السابقين ، وهو يمثل الجوانب المظلمة والفاسدة والتكوين الحيواني animalistic والأفكار اللاخلاقية وحجم المعاناة والآلام والمكابدة التي يحياها الإنسان.

غير أن للظل جانبا آخر مضيئا ، يتمثل حسبما يرى يونج فى أنه منبع الحيوية ، ومصدر التلقائية ، وينبوع الإبداع الإنسانى .

فمن خلال العمل السيء ، يتعلم الإنساني العمل الخير ، ومن خلال الفشل يستطيع أن يبلغ إلى النجاح ؛ لأن الظل ينمى الاستقطابات اللازمة لوجود الإنسان والضرورية لتحقيق وجودة لتحقيق وجود المبدع ، وهو أداة «الأنا، للتعبير عن القوى الكامنة فيه والتي من شأنها أن تحقق للإنسان المتعة والوجود الإبداعي .

Anima and Animus: الأنيما والأنيموس - ٣

يؤكد يونج أن الإنسان كائن ثنائى الجنسية Bissexual وأن الأنيما تمثل الخصائص الأنثوية الكامنة في الذكور ، والأنيموس يعبر عن الخصائص الذكرية الكامنة في الإناث .

وترتكز هذه الأنماط على حقيقة بيولوجية تؤكد أن الرجال والنساء لديهم قدر معين من الهرمونات الذكرية والهرمونات الأنثوية ، فلا ذكورة مطلقة ولا أنوثة مطلقة .

ويفترض يونج أن هذه الأنماط الأوائلية (الفطرية) قد تطورت عبر عصور سحيقة eons من الزمان في اللاشعور الجمعي كنتيجة لخبرات الرجل مع المرأة ، والمرأة مع الرجل ، أي إن الرجل يكتسب نتيجة حياته الطويلة مع المرأة عبر العصور، أنوثة ، وأن المرأة تكتسب أيضاً ذكورة ، نتيجة لحياتها الطويلة مع الرجل .

ويمعن يونج في تصوراته فيؤكد أن الرجال الذين يعاشرون إناثاً أكبر منهم سنا يكتسبون أنوثة نتيجة لذلك والعكس صحيح .

ويؤكد يونج أن الأنيما والأنيموس لابد وأن يتم التعبير عنهما على نحو متوازن لدى الرجل والمرأة ، بغية تحقيق الذات والإمكانات .

The self : الـــذات

الذات عند يونج نواة شخصية الإنسان ، وحول هذه النواة تجمع كافة العناصر وتنتظم في كل فريد .

وحينما تتكامل جوانب النفس وتتحقق ، يتولد لدى الإنسان ، إحساس بالوحدة والانسجام والكلية .

وعند يونج فإن نمو الذات هو الهدف الأقصى لحياة الإنسان ، حيث تحقق الذات Self - realization ، وبلوغ التفردية والرمز البدائي للذات يطلق عليه يونج اسم مماندلا Magic circle ، أو الدائرة السحرية

ومن وجهة نظر يونج ، فإن الوحدة وتفرد الذات والذى نرمز لهما بالسعى لبلوغ الكمال Completeness يكمنان فى «الماندلا، التى تتشكل من خلال الأحلام والأخاييل Fantasies والأساطير والديانات المتباينة والتجارب المتعالية أو المتسامية . Transcendental

ويرى يونج أن الدين خير معين للإنسان في نضاله صوب تحقيق الوحدة والكمال ، وفي الوقت نفسه فإن تحقيق التوازن بين جنبات النفس أمر عسير وصعب ولهذا يرى أننا لا نستطيع تحقيق ذلك التوازن إلا في منتصف العمر ، فلا نستطيع تحقيق التكامل والانسجام بين جوانب النفس ، أي تحقيق التكامل والانسجام بين الشعور واللاشعور ، ومن ثم يحتاج نضوج الذات إلى المثابرة وسلامة الإدراك الحسى أو الحكمة .

والذات التى تقع فى موقع الوسط بين الشعور واللاشعور تكون قادرة على منح الشخصية والتوازن والانسجام وتحقيق التكامل للنفس.

وحينما يتقدم الإنسان من منتصف العمر ، تحل الاتجاهات الانطوائية محل الاتجاهات الانبساطية ، والطاقة النفسية محل الجسمية لإحداث التوازن النفسي .

توجهات الأنسا: Ego orientations

لعلى من أهم إسهامات يونج في علم الشخصية وصفه لاتجاهين من اتجاهات الحياة هما: مفهومه عن الشخصية الانبساطية extraversion ولشخصية الانبساطية ومتحققان في الشخصية ، إلى أن يصبح introversion وكلا الاتجاهين متزامنان ومتحققان في الشخصية ، إلى أن يصبح لأحدهما الهيمنة على شخصية الفرد ، وتشير الانبساطية إلى توجه في الحياة يتسم بالاهتمام بالعالم الخارجي وبالأشياء والموضوعات المحيطة بنا ، وعلى هذا فالشخص الانبساطي extravert هو شخص غير ملتصق بنفسه ، متحدث لبق ، ودود المعشر والمسلك والتوجه ، يركز كل طاقته على ما هو مجاوز لنفسه ، دون التصاق بها . وعلى الضد من ذلك يكون الانطوائي ، شديد التركيز على نفسه ، مشغولاً بعالمه وعلى الصد من ذلك يكون الانطوائي ، شديد التركيز على نفسه ، مشغولاً بعالمه الداخلي ، وبأفكاره الخاصة ، ومشاعره الخاصة وتجاربه الذاتية .. هو شخص منغمس في ذاته .

وعلى نحو أشد دقة يصف الانطوائى ، بأنه منعزل عن الآخرين ، مستغرق فى التأمل ، صوفى النزعة Contemplative ، مستقبلى التوجه ، يجعل من ثرائه الداخلى بؤرة اهتمامه الذاتى .

وعند يونج الإنسان ليس أحادى التوجه ، فقد يعيش الإنسان النقيضين معا ، وقد تكون لأحدهما الهيمنة على شخصية الفرد ، وقد تخفى الهيمنة رغبة لا شعورية في عدم الهيمنة ، والعكس صحيح .

وعلى أية حال ، فإن يونج يؤكد أن الاتحاد بين النقيضين في توجهات الأنا

من الممكن أن يسهم في إيجاد شخصيات منبئة بأنماطها السلوكية ، ومتميزة ، ومستقبلية النزوع .

الوظائف النفسية : Psychological functions

وقد اكتشف يونج أن الانبساطية والانطوائية لايستطيعان وحدهما أن يفسرا التباين الحاصل في ارتباط الإنسان بالعالم .

ولهذا أضاف إليهما ما أطلق عليه الوظائف النفسية ، وتتكون من أربع وظائف أساسية للنفس: التفكير ، الوجدان ، الإحساس ، والحدس ، وقد جمع يونج التفكير والوجدان معا ، واعتبرهما يمثلان الوظائف العقلية ، فهما يحققان للفرد التكيف الفعال مع خبرات الحياة .

التفكير يمثل النمط العقلى Intellecual في ارتباطنا بالعالم ، لأنه يحض الإنسان على إضفاء المعنى والقيمة للحياة من خلال استخدام العقل والمنطق ، في حين أن الوجدان على الصد في ذلك ، فهو منوط به التركيز على الجوانب العاطفية من خبرتنا الإنسانية ، ومن ثم فهو يقوم بتصنيف المشاعر إلى ثنائيات عاطفية : الخير والشر ، الحسن والردئ ، المقبول اجتماعيا في مقابل اللامقبول اجتماعيا ، السعادة ، التعاسة .. إلخ .

وإذا كان التفكير وظيفة عقلية ، فإن الوجدان أساس الحكم القيمى ووظيفته تكمن في الهيمنة على توجه الفرد ؛ من أجل تحقيق التوافق الشعوري سواء أكانت الخبرة سارة أم كانت غير سارة .

الإحسباس والحدس: Sence and intuition

الإحساس والحدس وظيفتان غير عقليتين Irrational ، الإحساس هو الإدراك المباشر والواقعي للعالم الخارجي بغير حكم عليه ، والتوجه الحسى من شأنه أن يجعل الفرد قادراً على الإحساس والتذوق والشعور بالاستثارة من العالم المحيط به.

أما الحدس فهو الإدراك اللاشعورى المتعال أو المتسامى للخبرات الحياتية ، والحدس يجعل الفرد قادراً على الإمساك بالأشياء عن طريق التخمين والحس الباطنى أو ذلك الإحساس الحدسى ، بأن شيئاً ما سوف يحدث لنا – الأمر الذى يتيح لنا إضفاء المعنى على حوادث الحياة ، فإذا كان الإحساس يتيح للفرد أن يصور الواقع تصويراً فوتوغرافياً بحيث يحسه على نحو واقعى حسبما يتبدى أمامه ، فإن الحدس يجعلنا نستجيب للصور اللاشعورية ، والرموز الخفية من التجربة الإنسانية .

ويرى يونج أن كل إنسان تتوافر عنده هذه الأضداد ، من انبساط وانطواء ، من تفكير ووجدان ، من إحساس وحدس باطنى يستبق الزمن وينبئ بما هو قادم ومكنون ، وأن هذه الأضداد تضطلع بوظائف نفسية داخل الفرد ، وأن التوازن بين هذه الأضداد هو الذى يقيم السواء النفسى .

ويفترض أن توجهات الأنا الاثنين (الانبساط والانطواء) والوظائف العقلية الأربع ، بمقدرهم جميعا أن يتفاعلوا داخل الفرد ، مكونين أنماطاً شخصية متباينة ، ويضرب مثلاً بذلك :

النمط الانبساطي المفكر: Extravert - thinking type

يتسم صاحبه بالقدرة على التركيز على تعلم الحقائق العملية المرتبطة بالعالم الموضوعى ، وخصائصه النفسية فتجعله هادئاً ودوجماطيقيا Dogmatic ويعيش وفقاً لأدوار حياتية ثابتة ، في حين أن النمط الحدسي الانطوائي Introvert - intuitive مشغول بإضفاء المعنى على حقيقة العالم الداخلي ، وصاحب هذا النمط غريب الأطوار، يميل إلى العزلة والاختلاف الفكرى مع الآخرين كما يقول هوجان Hogan الذي أضاف أن يونج عند وصف هذا النمط كان يقصد وصفاً لنفسه هو .

غو الشخصية : Personality development

وعلى الضد من فرويد ، يرفض يونج القول بالتثبيت Fixation ، وأن المراحل العمرية الباكرة هي التي تحدد ما يمكن أن تكون عليه الشخصية في المستقبل من سواء أو لا سواء .

ويري أن شخصية الإنسان شخصية نمائية ، والنمو عملية تتواصل بغير انتهاء ، وأنها تتصف بالدينامية والتطور .

وأن رحلة الحياة تتصف بالثراء الإنساني وبالتقدم صوب تحقيق الذات وتواصل التعلم ، وأن حياة الإنسان ما هي إلا كفاح من أجل بلوغ التكامل والانسجام والكلية .

ويرفض القول بالمتمية النفسية : جنسية كانت أم عدوانية ، حسبما ارتأى فرويد .

ويؤكد يونج أن الهدف الأقصى للإنسان هو تحقيق الذات ، باعتباره إنساناً فريداً يسعى إلى تحقيق التفرد Individuation في كل ما يقوم به من عمل .

والتفرد عنده عملية دينامية ، متواصلة التطور ، تدفع الإنسان إلى البحث عن مواطن القوة والتكامل في نفسه ، وأن التفرد في عالم الإنسان ثرى في محتواه

النمائى، وقادر على التعبير عن عناصر النفس ، وأن ،النماذج الفطرية، هى مركز شخصية الإنسان ، ومن خلالها تتأكد لدى الإنسان النزوع صوب مستقبل الوحدة والتكامل ، وأن تحقيق الذات Self - actualization مطلب لا يبلغه إلا الأفذاذ اللامعين من الناس ، الذين أحسنوا إعداد أنفسهم علمياً ونفسياً وروحياً .

تلك بعض افتراضات يونج الفكرية والتصورية والتأملية والنفسية ، والتي وقفت موقفاً مناهضاً من كثير من أفكار فرويد .

وقد تأثر علماء النفس الإنسانيون بما قدمه يونج من تصورات وتنظيرات نفسية ، ورؤية جد متفائلة ومستقبلية بوجود أفضل للإنسان .

يقول (دراى ۱۹۸۱، Dry ؛ وستيفن ۱۹۸۱، Dry) إن يونج أثرى مفهومنا عن بنية ومكونات النفس الإنسانية ، واللاشعور الجمعى والنماذج الفطرية ، وعلى الرغم من أن أفكاره يستحيل التحقق من صحتها إمبريقيا ، إلا إنها سحرت واستقطبت كثيار من الناس ، بما تملكه من حفز على التأمل واستثمار الثراء النفسى الإنسانى ، ولا سيما تركيزه على اللاشعور باعتباره ينبوعا للثراء والحكمة والحيوية فى الوجود الإنسانى .

ويتفرد يونج بأنه عالم النفس الوحيد الذى أكد الجوانب الإيجابية للدين والروح والتجارب المتعالية ، ولهذا يؤكد Matton (١٩٨١) ، أن علماء اللاهوت والفلاسفة والمؤرخين وعلماء النفس الإنسانيين قد وجدوا في كتابات يونج استبصارات إبداعية ، من خلال تأكيده الأساطير والفلكلور والأحلام والأخاييل والقوى الروحية الكامنة في صلب تكوين الإنسان .

ولعل من أهم المفاهيم العلاجية عند يونج مفهومه عن اعملية التفرد، المنصاب ينتج من تفتت عناصر الشخصية وعدم تناغم منظمات الشخصية الشخصية والعصاب ينتج من تفتت عناصر الشخصية وعدم تناغم منظمات الشخصية البين الأنا والقناع واللاشعور الجمعى المرض هو تفكك وتفتت عناصر الشخصية والعلاج هو تجميع هذه العناصر ليصبح الفرد متماسكا من جديد عن طريق البحث في ذاته واكتشافه للرموز الخاصة به ومساعدته على إعادة إقامة التناغم والانسجام بين عناصر هذه الرموز الخاصة ، فإذا اكتشف الجوانب الروحية في تكوينه واستطاع بين عناصر هذه الرموز الخاصة عناصر شخصيته تحقق له العلاج ، وانطلق معبراً عن إمكاناته وقدراته المفعمة بالثراء والحيوية .

(x,y) = (x,y) + (x,y

أيريك فروم Erich Fromm

يكاد يكون فروم من أبرز علماء النفس وأكثرهم تأكيداً على المحددات الاجتماعية socisl determinants ، وقد أكد فروم – بوصفه عالماً في الإنسانيات – أن السلوك يمكن فهمه فقط في ضوء القوى الثقافية والحضارية الحاصلة في زمن معين .

يقول فروم فى مفتتح كتابه «الهروب من الحرية» Escape From Freedom إذا أردنا أن نفهم ديناميات العملية الاجتماعية ، علينا أن نفهم ديناميات العمليات النفسية العاملة داخل الفرد ، على نحو يتوجب علينا أن نراه فى سياق الحضارة التى تشكله ، .

ويؤمن فروم بأن الحاجات الفريدة للإنسان قد تنمو عبر تطور البشرية ، وأن الأنظمة الاجتماعية المختلفة ، قد أثرت بدورها على أسلوب هذه الحاجات في تعبيرها عن نفسها عبر عصور الإنسان .

وعلى هذا ، فإن الشخصية هي نتاج التفاعل الدينامي بين الحاجات المتأصلة في الطبيعة الإنسانية والقوى ، التي تم ممارستها من خلال المعايير والمؤسسات الاجتماعية .

إن أيريك فروم كان أول عالم نفس ، استطاع أن يشكل نظرية عن أنماط الشخصية قائمة على تحليل اجتماعى ، مضمونه -كما يقول - إن الناس من خلال النشاط الاجتماعي يشكلون العملية الاجتماعية والثقافية نفسها .

ســـيرة حيــاة :

ولد فروم في عام ١٩٠٠ في فرانكفورت بألمانيا ، وهو الابن الوحيد لأبوين يهوديين .

وقد نشأ في عالمين مختلفين أحدهما العالم اليهودي الأرثوذكسي التقليدي ، والآخر هو العالم المسيحي ، كما أن حياة أسرته لم تصل لدرجة المثالية ، فقد وصف والديه بأنهم عصابيون Highly neurotic بدرجة عالية وبأنه طفل عصابي لا

يطاق. (فنك ١٩٩٢، Funk) .

وعندما اشتعلت الحرب العالمية الأولى في أوروبا ، كان عمر فروم آنذاك أربعة عشر عاما ، وعلى الرغم من أنه كان صغيراً على الاشتراك في الحرب والقتال ، إلا أنه كان شديد الحيرة مما يحيط به من دمار إنساني ولا معقولية ،وقد كتب بعد ذلك يقول ،كنت شاباً صغيراً ، شديد الانزعاج ، يطارده سؤالا ، كيف قامت الحرب ؟ ولماذا بهذه الوحشية ، أهذا ممكن .. لقد كنت مدفوعاً برغبة عارمة لفهم لاعقلانية السلوك الإنساني ، وبرغبة متحمسة لتحقيق السلام والتفاهم الدولى، . (فروم ، ١٩٩٢، ص ٩) .

وتشكلت الإجابة عن هذه التساؤلات من خلال بحثه ودراسته لكل من فرويد وكارل ماركس .

ساعدته كتابات فرويد على فهم أن الإنسان يحيا مدفوعاً بقوى لا معقولة تدفعه دفعاً ، وأن الإنسان لا يعى محددات سلوكه العميق ، وتعلم من ماركس أن القوى السياسية والاجتماعية يكون لهما تأثير قوى فاعل على حياة الناس .

وعلى الصد من فرويد ويونج وأدار ، لم يتلق فروم تدريباً طبياً ، فقد درس علم النفس وعلم الاجتماع والفلسفة ، وحصل على الدكتوراه من جامعة هيدلبرج -Heidl النفس وعلم الاجتماع والفلسفة ، وحصل على الدكتوراه من جامعة هيدلبرج -berg berg عام ١٩٢٢ ، بعد ذلك تلقى تدريباعلى التحليل النفسى في معهد برلين المتحليل النفسى النفسى المعدد النائل المريكية ١٩٣٤ ، وفي شيكاغو عمل محاضراً في معهد التحليل النفسى ، ثم انتقل بعد ذلك للعمل في مدينة نيويورك ، ونشر كتابه الأول ١٩٤٠ ،الهروب من الحرية ،

وفى هذا الكتاب أكد أن القوى الاجتماعية والأيدلوجية لها الاعتبار الأول فى تشكيل شخصية الإنسان ، ثم رسخ هذا المعنى فى كتبه الأخرى ، الأمر الذى أفضى إلى إجباره على الانسحاب من الرابطة الدولية للتحليل النفسى (Roazen, 1973) .

وفى عام ١٩٤٥ التحق بمعهد -١٩٤٥ التحق بمعهد المحاضرات فى جامعات متعددة فى الولايات المتحدة ، وألقى كثيراً من المحاضرات فى جامعات متعددة فى الولايات المتحدة ، وعمل كأستاذ للطب النفسى فى الجامعة الوطنية فى مكسيكوسيتى من ١٩٤٩ ، حتى تقاعده عام ١٩٦٥ ، وفى عام ١٩٧٦ ، رحل وزوجته إلى سويسرا واستمر فيها حتى وفاته أثر أزمة قلبية عام ١٩٨٠ .

النظرية الإنسانية : المفاهيم والمبادئ الأساسية :

Human Theory: Basic Concepts and Principles

كان الهدف الأساسى عند فروم هو توسيع مجال نظرية التحليل النفسى التقليدية ، بتأكيده الدور الذى تلعبه العوامل الاجتماعية والسياسية والاقتصادية والدينية والأنثروبولوجية فى تشكيل شخصية الإنسان ، وبدأت نظريته بتحليل الحالة الإنسانية وكيف تغيرت من نهاية العصور الوسطى (مع انتهاء القرن الخامس عشر) حتى يومنا هذا .

وقد وصل من تحليلاته التاريخية إلى أن جوهر الوجود الإنسانى يكمن فى الوحدة والانعزال والاغتراب Alienation . وفى الوقت نفسه، اعتقد ،فروم، أن كل فترة من فترات التاريخ ، تميزت بعلو شأن الفردية Individuality ، فقد ناصل الناس وكافحوا من أجل تحقيق الحرية الشخصية كيما يطوروا الإمكانات الكامنة .

ومع هذا فإن الإحساس بالاستقلالية والقدرة على الاختيار التى يتمتع بها الناس في المجتمعات الغربية المعاصرة ، يأتى على حساب فقدان الأمن وفقدان الشعور بالقيمة.

ويرى فروم أن الانفصال الأساسى بين الحرية والأمن هو سبب هذه الأزمة الفريدة في الحالة الإنسانية ، فالإنسان يناضل من أجل الحرية والاستقلال ، ولكن نضاله لا يسفر إلا عن مشاعر اغتراب عن الطبيعة والمجتمع .

ها هنا تكون الناس فى حاجة للقوة والقدرة على الاختيار فى حياتهم ، بيد أنهم فى حاجة إلى الشعور بالتواصل والارتباط مع غيرهم من الناس ، وأن حدة الصراع الذى يعيشه الإنسان المعاصر ، وتباين الطرق التى تستخدم فى حل هذا الصراع، تستند فى الاعتبار الأول إلى طبيعة النظام السياسى والاجتماعى السائد داخل المجتمع.

Mechanisms of Escape : آليسات الهروب

يطرح فروم هذا التساؤل: كيف يمكن للإنسان المعاصر أن يتغلب على حالة الاغتراب والعزلة والتفاهة التى تصاحب الشعور بالحرية ؟ هنا يصف فروم عدداً من الاستراتيجات، التى يستخدمها الإنسان المعاصر للهروب من الحرية.

أولى هذه الآليات يطلق عليها وفروم ، التسلطية Anthoritarianism ، تلك التي تدفع الفرد إلى والتخلى عن حريته وعن استقلاله الذاتي بالاندماج مع شخص أو

جماعة تمنحه الشعور بالقوة ، أو هي البحث عن روابط ثانوية جديدة كبديل للروابط الأولية المفتقدة ، .

والروابط الأولية عند فروم ، هى تلك التى تعطى الفرد الشعور بالأمن ، والشعور بالأمن حاجة نفسية ينبغى أن تشبع والإنسان ما يزال فى المهد صبيا ، وإشباع هذه الحاجة يعنى أن يتقدم الفرد نحوه الحرية الإيجابية ، وأن يتعلق بالعالم على نحو تلقائى بالحب والعمل ، معبرا بذلك عن إمكاناته العاطفية والحسية والعقلية على نحو خلاق، (ص ١٦٣) .

أما إذا حدث – كما يقول فروم (١٩٧١) – وتقطعت الروابط الأولية التى تمنح الإنسان بالأمن .. فإنه يبحث عن بدائل «ثانوية» تمنحه الشعور بالأمن ، وترد إليه الإحساس بالقوة والأمان ، وهذه القوة قد تكون شخصاً ، أو مؤسسة ، أو إلها ، أو أمة – أو ضميراً ، أو قهرا نفسيا، (ص ١٢٠) .

والتسلطية التي يتحدث عنها فروم ، ليست وأحادية البعد، وإنما هي مركب نفسي يجمع بين الرغبة في الهيمنة والرغبة في الخضوع ، أو ما أطلق عليه فروم والرغبات السادية ، والرغبات الماشوسية، وبين فروم أن هذا المركب النفسي - Sado والرغبات الماشوسية، وبين فروم أن هذا المركب النفسي - ولكن (maschositic كامن ومتأصل في الناس جميعا - أسوياء وعصابيين - ولكن بدرجات متفاوتة ، وأن كلا من الرغبات السادية والماشوسية تميل إلى مساعدة الفرد على تجاوز شعوره الذي لا يطاق بالوحدة والعجز واللاجدوي .

وقد أسفرت نتائج دراسته عن التسلطية - كلينيكيا وتجريبيا - على أن التسلطيين ممتلئون إحساسا بالذنب ، وبتعذيب الذات ، وأحيانا بطقوس وأفكار قهرية أشبه بطقوس وأفكار العصابيين القهريين ، وهم لا يشعرون بالأمن وممتلئون رعبا بشعور لا يطاق بالوحدة واللاجدوى ، وإنهم يواجهون العالم بوصفه عالماً بوصفه مغترباً ومعاديا ، وأن الشخص السادى يحتاج إلى موضوع تسلطه بقدر ما يحتاج إليه الشخص «الماشوسى» . وأن الشخصية التسلطية تحب الظروف التى تحد من الحرية الإنسانية .. وأنها تحب الخضوع للقدر فيتوقف وضعها الاجتماعى على ما يعنيه القدر بالنسبة لها، (ص ١٨٥) .

وهكذا يؤكد فروم (١٩٧٥) التكوين النفسى للشخصية التسلطية ، وما ينطوى عليه من دوافع نفسية تتخذ لنفسها دلالات سلوكية في تصرفات المتسلطين تقوم على عشق القوة ، والحض على العدوان ، والتوحد مع نماذج القوة ، وأن جوهر هذه التسلطية يكمن في الحضور التلقائي للدوافع السادية والماشوسية، (ص ١٨٠) .

ويرى (١٩٧٥) أن التدميرية هي هرب من شعور لا يحتمل بالعجز -Power ويرى (١٩٧٥) أن التدميرية هي هرب من شعور لا يحتمل بالعجز -lessness

وأخيراً يعتقد فروم أن الناس تستطيع أن تهرب من مشاعرهم بالدونية والوحدة والاغتراب ومن المسايرة غير المشروطة مع المعايير الاجتماعية التي تحكم السلوك ، ويصوغ هذا المصطلح مسايرة الإنسان الآلي automation conformity للتعبير عن أن الإنسان المعاصر يستخدم آليات ، تجعله متطابقاً مع الآخرين ، بأن يسلك على نحو تقليدي محض ، ووفقا لما يريده المجتمع .

يقول فروم النفرد يكف عن أن يكون نفسه ، إنه يعتنق تماما نوع الشخصية المقدمة إليه من جانب النماذج الثقافية ، ولهذا فإنه يصبح على النحو الذي يتوقعون منه أن يكون . إن الهوة بين الأنا والعالم تختفى ، ويختفى معها الشعور بالوحدة والعجز ... والشخص الذي تنازل عن فرديته ، يصبح آلة ، متطابقاً مع ملايين الآخرين المحيطين به ، لا يحتاج إلى أن يشعر بأنه وحيد وقلق . وعلى أية حال فإن الذي يدفعه غال .. إنه فقدان نفسه ، (ص ٢٠٨) .

وعلى نقيض الحيل الهروبية الثلاث للهروب من الحرية ، يفترض ،فروم، أن الناس بمقدورها أن تهرب من شعورها بالوحدة النفسية Loneliness والاغتراب من خلال ما يطلق عليه ،الحرية الإيجابية، .

الحرية الإيجابية: Positive Freedom

يؤكد فروم أن الناس بمقدورهم أن يشعروا بالتفرد والاستقلال ، دون أن يفقدوا إحساسهم بالوحدة Unity والانسجام مع الآخرين ومع الواقع الاجتماعي.

ويطلق فروم على هذا النوع من الحرية الذى يجعل الفرد جزءاً من العالم ومنفصلا عنه بالحرية الإيجابية .

ويتطلب تحقيق الحرية الإيجابية تصرف الناس بتلقائية Spontaneously وفاعلية في حياتهم .

ويؤكد فروم أن النشاط التلقائي هو قاسم مشترك لدى الأطفال أنهم يتصرفون وفقاً لطبيعتهم الداخلية ، وليس وفقاً لتقاليد أو محرمات Prohibitions اجتماعية .

وفى كستابه ، فن الحب، "The Art of Loving" (19٧٤) ، يؤكد فروم أن الحب والعمل هما المكونان الأساسيان لتنمية الحرية الإيجابية من خلال عملية التفاعل التلقائى .

ومن خلال الحب والعمل يعبر الناس عن اتحادهم مع بعضهم ، دون تضحية بإحساسهم بالفردية أو التكامل .

حاجات الإنسان الوجودية : Human Existenal

يؤكد فروم أن الطبيعة الإنسانية تنفرد بخمس حاجات وجودية ، وهذه الحاجات ليس لديها ما تفعله إزاء الغرائز الجنسية والعدوانية .

وقد افترض فروم (١٩٧٣) إن الصراع بين النصال من أجل الحرية ، والنصال من أجل الأمن هو أشد قوة دافعة في حياة الناس ، ويرى أن ذلك هو مهمة التحليل النفسى الإنساني . لقد توصل فرويد إلى القوة الدافعة التي تواجه ميول الإنسان وغرائزه ، وكان يعتقد أنه عثر على هذه الطاقة في الليبيدو ، بيد أن الدافع الجنسي وما يتفرع عنه مهما بلغت شدته وقوته ليس أقوى ما عند الإنسان من دوافع ، ولا يرجع الاضطراب النفسي إلى إحباط هذا الدافع الجنسي .

إن أقوى الدوافع التى توجه سلوك الإنسان تنبثق من ظروف وجوده أو من موقفه الإنساني من الوجود .

وتتمثل هذه الحاجات الوجودية الخمس في:

أولاً: الانتماء (الارتباط) في مقابلة النرجسية:

Reltedness Vs. Narcissim

لقد انفصل الإنسان من توحده البدائي مع الطبيعة ، مختلفاً بذلك عن الوجود الحيواني الذي يتميز وجوده بذلك التوحد . وهذا مردود إلى أن الإنسان يملك العقل والخيال ، ويعى وحدته aloneness وانفصاله ، ويعى جهله وعجزه -Power . lessness

وهو لا يستطيع أن يواجه هذه الحالة من الوجود للحظة ؛ إذ لم يستطع أن يجد روابط جديدة مع الآخرين من أبناء جنسه ، تحل محل الروابط القديمة التى تحكمها الغرائز ، حتى إذا أشبع كل حاجاته الفسيولوجية ، فإنه سوف يخبر وحدته وتفرده وكأنهما سجن عليه أن يتحرر منه لكى يحتفظ بصحته .

وثمة وسائل متعددة من شأنها تحقيق هذا الاتحاد ، فالإنسان قد يحاول التوحد مع العالم عن طريق الخضوع، Submission لشخص ، أو لجماعة أو لمؤسسة .

وعندئذ يتجاوز انفصاله عن وجوده الفردى بأن يصبح جزءاً من كيان أو شيء

أكبر منه ، ومن ثم يستمد شعوره بهويته بتواصله مع هذه القوة التي يخضع لها؛ وقد يحاول أن يقهر شعوره بالانفصال بطرق مضادة ، كان يتوحد مع العالم بالهيمنة -do mintion على الآخرين .

وثمة عنصر مشترك في طبيعة الروابط الإنسانية يجمع بين الرغبة في الهيمنة والرغبة في الخضوع ، المهيمن والخاضع (السيد والمسود) كلاهما يفقد سلامته النفسية وحريته ، ويعيش كل منهما معتمداً على الآخر ، ومنفصلاً عنه ، لكي يشبع رغبته في الارتباط ، بيد أنه يحيا فاقداً قواه الداخلية وقدرته على الاعتماد على الذات ، تلك التي تحتاج إليهما الحرية الإنسانية والشعور بالاستقلال ، ويحيا كلاهما مهدداً بالوعي أو اللاوعي ، بشعور بالعداء الذي ينشأعن مثل هذه الروابط .

إن كلاً من الخاصع (الماشوسي Msochistic) والمهمين (السادى Sadistic) لا يمكن أن يحققا الشعور بالرضا والإشباع ، كما لايكفى الخضوع والهيمنة (ومن الهيمنة التملك Possession ، الشهرة) لتكوين الشعور بالهوية والتوحد السليم.

وثمة اتجاه واحد يستطيع الإنسان أن يشبع حاجته إلى التوحد مع العالم ، وفى الوقت نفسه يحقق فرديته وتكامله ، وذلك هو «الحب» . الحب هو اتحاد مع شخص آخر أو شيء آخر ، مع «احتفاظه بانفصاله وتكامله استقلال ذاتيته، إن الحب خبرة نفسية ممتلئة شعوراً بالمشاركة والتواصل ، ومن ثم يسمح بإفصاح المجال ما عند الإنسان من مناشط داخلية . وفى الحب لا تعد هناك ضرورة للأوهام ، ولا حاجة لتضخيم صورة الذات لدى الآخر أو لدى الذات ؛ لأن فاعلية المشاركة والمحبة تسمح لك بتجاوز وجودك الفردى ، وفى الوقت نفسه تسمح لك بالشعور بأن تملك القوى الإيجابية التى تمكنك من مواصلة المحبة . وما يهم هو نوعية quality الحب وليس موضوعه . فالحب قد يكون خبرة إنسانية تدعو إلى التماسك مع أبناء الجنس البشرى موضوعه . وقد يكون فى العشق بين الرجل والمرأة ، أو فى حب الأم لطفلها ، بل قد يكون فى حب الفرد لنفسه كموجود بشرى ، الحب خبرة خفية ، صوفية التوحد . فى الحب أكون واحداً مع «الكل» ، ومع ذلك أكون نفسى ، ككائن فريد منفصل ومحدود وفان ، وللحقيقة ، الحب مولود يتجدد ميلاده دوماً ! .

الحب! واحد مما أسميه التوجه المنتج Productive orientation في الحياة: وأقصد به تواصل الإنسان النشط والخلاق تجاه غيره من بني جنسه، وتجاه نفسه وتجاه الطبيعة، ففي مجال والفكر، يعبر التوجه المنتج عن العالم تعبيراً سليماً بالعقل، وفي مجال العمل التوجه عن العمل تعبيراً منتجاً.

وفى مملكة «الوجدان» ، فإن التوجه المنتج يعبر عن الحب ، بتوحد الواحد مع الآخر ، مع الناس أجمعين ومع الطبيعة ، مع بقاء شعور الفرد بالتكامل والاستقلال . وفى الحب ثمة تناقض ظاهرى يحدث بين اثنين يصبحان شخصاً واحداً مع بقائهما منفصلين ، وإذا قدر لى أن أحب شخصاً واحداً ، ولا شيء سواه ، وإذا كان هذا الحب سيجعلني أشعر بأنى مغترب ومنفصل عن الآخرين ، فإن ذلك لا يسمى حباً ، لأنى حينما أقول «أنا أحبك ، فإنما أقول أحب فيك الإنسانية جمعاء ، وكل الكائنات الحية ، وأحب فيك نفسى أيضاً ، (*) .

وحب الذات Self - Love هاهنا يكون على الصد من الأنانية تماماً ؛ لأن الأنانية في صميمها تمركز شره للفرد حول ذاته ، تمركز يعوضه عن فقدانه الحب الحقيقي لذاته . بيد أن الحب الحقيقي على الرغم مما فيه من مفارقة واضحة يجعلني أشد استقلالية وقوة وسعادة ، فالاثنين في واحد ، ففي الحب أكون أنا أنت – أنت أيها المحبوب ، أنت أيها الغريب – أنت – كل شيء حي ، ومن ثم نجد في الحب الحل الوحيد لمشكلة الوجود الإنساني ، ونجد الصحة النفسية .

ويحتوى الحب المثمر على مجموعة من الاتجاهات: الرعاية والمسئولية والاحترام والمعرفة ، فإن أحببت فردا عنيت به ، واهتمت اهتماماً إيجابياً بنموه وسعادته ، فلا أقف أمامه موقف المتفرج ، فأنا مسئول عنه ، استجبت لحاجاته التى يعبر عنها ، والتى لا يعبر عنها ، كما إنى احترمه وأنظر إليه كما هو نظرة موضوعية ، لا تشوهها رغباتى ومخاوفى ، وأنا – بعد هذا كله – لابد أن أفهمه وأعرفه ، فأنفذ إلى صميم وجوده ، وتتواصل أعماقى مع أعماقه ، من صميم وجودنا .

والحب المثمر حينما يقوم على أساس من المساواة ، يكون حبأ أخويا . وفي الحب الأمومي .. فإن العلاقة تنشأ فيه على أساس من عدم المساواة بين فردين ، فالطفل لا حول ولا قوة له ، ومعتمد على الأم ، ولكى ينمو ينبغى أن يستقل رويدا ويدا إلى الحد الذي لا يحتاج فيه إلى أمه . وهكذا تكون العلاقة بين الطفل والأم علاقة تنظوى على مفارقة Paradoxical ، هي علاقة تراجيدية ؛ إذ إن هذه العلاقة تتطلب أشد أنواع الحب كثافة من جانب الأم ، ومع ذلك فإن هذا الحب نفسه ، ينبغى أن يسهم في استقلال الطفل عن أمه ، وفي أن يصبح مستقلاً تماماً ، فمن الميسور للأم أن تحب طفلها قبل بداية هذا الانفصال عنه ، لكنها مهمة يفشل فيها الكثير من

^(*) I ove in you all of humanity, all that is alive, I love in you also myself.

الأمهات ، وهى أن تحب الطفل ، وفي الوقت نفسه تسمح له بالانفصال عنها ، بل وتريد هذا الانفصال .

أما الحب الشبقى erotic love فيتأثر بعامل آخر ، التوحد والاندماج الشبقى Fusion مع آخر ، فإذا كان الحب الأخوى يتعلق بالناس جميعا ، والحب الأمومى يتعلق بطفل وبكل ما يحتاج إليه من مساعدتها ، فإن الحب الشبقى يتجه نحو شخص واحد ، ومن الناحية السوية يكون من الجنس الآخر . ويبدأ الحب الجنسى بالانفصال ، وينتهى بالتوحد Soneness بيد أن الحب الأمومى ، يبدأ بالتوحد وينتهى بالانفصال ، لأن تحقق الاندماج الشبقى في الحب الأمومى كارثة تدمر الطفل ككائن مستقل ، لأن الطفل يحتاج إلى الانفصال عن أمه لا إلى التعلق بها ، وإذا كان الحب الشبقى يخلو من الحب الأخوى ، لا تدفعه إلا رغبة الاندماج الشبقى ، فهو رغبة جنسية بغير حب أو انحراف في الحب ، كما نامسه في ألوان الحب السادى الماشوسى .

إن من أهم مفاهيمنا عن حاجات الإنسان ، حاجته لأن يكون منتميا ، والفشل في تحقيق أي نوع من الانتماء يفضي إلى النرجسية Narcissism .

إن الحقيقة الوحيدة التي يدركها الطفل هي بدنه وحاجاته ، حاجاته النفسية وحاجته إلى الدفء وإلى الحب ، فهي يعي أن «الأنا، منفصل عن «الأنت، Thou ، حيث لا يزال في حالة من التوحد مع العالم ، ولكن هذا التوحد يكون قبل يقظة إحساس الطفل بالتفرد والحقيقة ، فالعالم الخارجي بالنسبة له يوجد كمصدر لإشباع حاجاته الخاصة ، كالحاجة إلى الطعام وإلى الدفء ولا يدركه الطفل كشيء أو كشخص ما على نحو موضوعي وحقيقي .

وهذا التوجه هو ما أطلق عليه والنرجسية الأولية، Primary Nacissism .

وفى النمو السوى ، فإن حالة النرجسية تَقْهر ببطء ، بنمو وعى الطفل بالحقيقة خارجه ، وبالنمو المتناظر بإحساسه به والأناه كشىء مختلف عن والأنت، ويحدث هذا التغير أولاً على مستوى الإدراك الحسى ، عندما يدرك حسياً أن الأشياء والناس مختلفة وكينونات نوعية specific entities ، وهذا الإدراك هو أساس إمكانية الطفل على الكلام ،وعلى تسمية الأشياء قبل افتراض معرفته بها ككائنات منفصلة وقائمة بذاتها .

وهذا الإدراك يأخذ وقتا طويلا حتى يمكن قهر الحالة النرجسية وجدانيا -emo وهذا الإدراك يأخذ وقتا طويلا حتى يمكن قهر الحالة النرجسية والناس يظلون tionally موجودين بالدرجة الأولى كوسائل لإشباع حاجاته ، بيد أن القابلية للتغير تكمن في

وظيفة إشباع هذه الحاجات ، وقد تكون هذه القابلية في حوالى الثامنة أو التاسعة عندما يصبح الآخر موضوعاً لحب الطفل ، أو كما يقول سوليفان Sullivan عندما يشعر الطفل أن حاجات الآخر مهمة كحاجات الخاصة .

إن النرجسية الأولية ظاهرة سوية ، تتطابق مع النمو النفسى السوى والنمو العقلى للطفل ، بيد أن النرجسية توجد أيضاً في مراحل متأخرة من الحياة وهي ما يطلق عليها فرويد والنرجسية الثانوية، secondary narcissism ، فالطفل إذا ما فشل في تنمية القدرة على الحب ، أو خسر هذه القدرة مرة أخرى ، فإن النرجسية تصبح لباب كل ما يعانيه من أمراض عقلية Psychic Pathology ، فمن الناحية النرجسية يحيا الشخص في كنف حقيقة واحدة ، هي أفكاره ومشاعره وحاجاته الخاصة ، فهو لا يستطيع أن يدرك العالم ويخبره على نحو موضوعي ، بل يخبره ويدركه ضمن مطالبه وحاجاته الخاصة فقط ، ومعظم الأنماط المتطرفة في النرجسية ينظر إليها كأنماط للاختلال العقلي Insanity.

إن الشخص المختل عقليا هو شخص فقد اتصاله بالعالم ، انسحب من العالم إلى داخل نفسه ، ومن ثم فهو لا يستطيع أن يدرك الحقيقة ، لا من الناحية الداخلية ، وهو لا يستطيع أن يتفاعل مع العالم الخارجي ، وإذا ما تحقق هذا التفاعل ، فإنه سيكون تفاعلاً زائفاً ، ومن نسج أفكاره ومشاعره الخاصة . ولهذا فإن النرجسية على الصد من الموضوعية والعقل والحب .

وثمة حقيقة أن الفرد إذا ما فشل فشلاً مطبقاً في تحقيق الانتماء إلى العالم ، أدى به ذلك إلى الاختلال العقلى ، وأن الصحة النفسية تتطلب نوعا من أنواع الانتماء، ومن بين الأشكال المتعددة للانتماء ، يكون فقط الحب المثمر ، فهو الذي يحقق للفرد حريته وتكامل وجوده ، وفي الوقت نفسه ، التوحد مع آخر من بني الإنسان .

ثانيا : التسامى ، الإبداع في مقابل النزعة التدميرية :

Transcendence, Creativity Vs. Destructiveness

وثمة جانب آخر من الموقف الإنسانى ، يتصل اتصالا حميما بحاجته إلى الانتماء creatutre ، هو موقف الإنسان ، كمخلوق، creatutre ، يحتاج إلى تجاوز حالة الخلق السالبة ، فالإنسان قذف به إلى العالم دون علم ، أو موافقة أو إرادة منه . وفي هذا لا يختلف في شيء عن الحيوان أو النبات أو المواد غير العضوية inorganic وفي هذا لا يختلف في شيء عن الحيوان أو النبات أو المواد غير العضوية matter ، ولكنه مخلوق مزود بالعقل والخيال ، ومن ثم فهو لا يقنع بالدور السلبي

الذى يلعبه غيره من المخلوقات ، إنما يدفعه بقوة دفع إلى تجاوز دور المخلوق ، دور الدور المخلوق ، دور الوجود الصدفى accidentalness السلبى ، بأن يكون ، خالقاً، Creator ، أى مبدعا .

إن الإنسان يستطيع أن يبدع فى الحياة ، بيد أن هذه الخاصية الخارقة mira إن الإنسان يستطيع أن يبدع فى الحياة . ولكن الإنسان يتميز وحده عن هذه الكائنات بوعيه أنه مخلوق وخالق . الإنسان يستطيع أن يخلق الحياة ، أو بالحرى المرأة تستطيع أن تخلق الحياة بإنجابها طفلاً ، وعنايتها بهذا الطفل حتى ينمو نموا كافياً للعناية بحاجاته الخاصة .

والإنسان - رجلاً كان أو امرأة - يستطيع الخلق بغرس البذور ، بإنتاج الأشياء المادية ، بإبداع الفن ، بإبداع الأفكار ، بتبادل الحب مع الآخر . وفي عملية الإبداع هذه يتجاوز الإنسان نفسه كمخلوق ، ويرتفع عن مستوى السلبية والمصادفة (العشوائية) في وجوده إلى الوجود الممتلئ سعيا وغائية Purposefulness وحرية . وفي حاجة الإنسان إلى التجاوز (التسامي) Transcendence توجد جذور الحب والفن والانتاج المادى .

وتستلزم عملية الإبداع بذل النشاط والرعاية ، كما يستلزم الحب أن يحب المبدع ما يبدعه ، وكيف يستطيع الإنسان أن يحل مشكلة التجاوز إذا لم يكن قادرا على الإبداع ، وإذا لم يكن قادراً على الحب ؟ وهناك إجابة أخرى لهذه الحاجة إلى التجاوز ، فإذا لم استطع أن أخلق الحياة ، فإننى أدمرها ، لأن تدمير الحياة يجعلنى أتجاوزها أيضاً . وفي الحقيقة إن الإنسان يستطيع تدمير الحياة بالقدرة الفذة نفسها التي يستطيع بها الإبداع فيها ، لأن الحياة في ذاتها معجزة تستعصى على التفسير .

وفى الحقيقة إن الإنسان فى التدمير يضع نفسه فوق الحياة ، ويتجاوز نفسه فوق الحياة ، ويتجاوز نفسه فوق الحياة ، ويتجاوز نفسه كمخلوق ، ومن ثم فإن الاختيار الوحيد أمام الإنسان ليتجاوز نفسه هو أن يبدع أو أن يدمر ، أو أن يحب ، أو أن يكره ، وهذه الإرادة الكبرى للتدمير التى نراها فى تاريخ الإنسان ، والتى نشهدها على نحو مرعب ومخيف فى وقتنا الحاضر، هى من صميم طبيعة الإنسان ، كما أن الدافع إلى الإبداع من صميم طبيعته . والقول بأن الإنسان قادر على تنمية إمكاناته الأولية على الحب والعقل لا ينطوى على الاعتقاد الساذج Naïve بخيرية الإنسان ، ففى الجانب الآخر من وجود الإنسان تكمن النزعة التدميرية Secon كإمكانية ثانوية -Secon من وجود الإنسان تكمن النزعة التدميرية فى وجوده . بيد أن النقطة المحورية التى أركز عليها فى مناقشتى : أنه لا مناص للإنسان من اختيار الإبداع أو التدمير ، الحب

أو الكراهية . وكلاهما ليسا غريزتين لتستقل إحداهما عن الأخرى ؛ إذ إن كلتيهما تمثل حلاً للحاجة نفسها ، الحاجة إلى التجاوز إلى التسامى ، وإن إرادة التدمير ترتفع حينما لا تشبع إرادة الإبداع ،ومع ذلك فإن إشباع الحاجة إلى الإبداع يؤدى على السعادة ، في حين أن التدميرية تؤدى إلى مكابدة المعاناة ، للمدمر نفسه قبل غيره .

ثالثاً: الأخوة - التجذر في مقابل المحارمية:

Rootedness - Brotherliness Vs. Incest

إن مولد الإنسان كإنسان يعنى بداية خروج الإنسان من موطئه الطبيعى ، بداية انفصاله عن روابطه الطبيعية ، غير أن هذا الانفصال يخيف الإنسان ، لأن الإنسان الأفصال عن روابطه الطبيعية ، حيث لا يعرف أين يوجد ؟ ولا من يكون Where is he إذا ما فقد جذوره الطبيعية ، حيث لا يعرف أين يوجد ؟ ولا من يكون and who is he ومن ثم يقف وحيدا بغير وطن أو جذور ، ولن يستطيع تحمل الشعور بالعزلة والعجز في هذا الموقف ، فيختل عقله . وبمقدوره أن يستغنى عن جذوره الطبيعية ، إذا ما وجد فقط جذوراً وإنسانية، جديدة ، وبعد أن يجد هذه الجذور الإنسانية الجديدة يستطيع أن يشعر أنه في موطئه مرة أخرى في هذا العالم .

فهل من العجب عندئذ ، أن تكون لدى الإنسان رغبة عميقة فى الإبقاء على روابطه العميقة ، وأن يكافح صد انتزاعه من الطبيعة ، ومن أمه ، ومن أواصر الدم والأرض .

إن أهم روابط الطبيعة هى تلك التى تربط الطفل بأمه .. إن الطفل يبدأ حياته فى رحم الأم ، وفى رحم الأم يتواجد فترة أطول مما يلبث معظم الحيوانات ، وبعد الميلاد يبقى عاجزا من الناحية الجسمانية ، معتمدا كل الاعتماد على أمه ، وتمتد فترة العجز والاعتماد على الأم فترة أطول مما تمتد مع أى حيوان آخر . وفي السنوات الأولى من حياة الطفل لا يحدث أى انفصال بينه وبين الأم ، فإشباع كل حاجاته الفسيولوجية ، وحاجته الحيوية للدفء والمحبة يعتمد عليها ؛ فالأم لا تلد الطفل وتكتفى بذلك ، بل تستمر في إمداده بالحياة ، وعنايتها به لا تتوقف على أى شيء يفعله الطفل لها ، أو على أى واجب على الطفل أن يؤديه .. إن عنايتها به غير يفعله الطفل لها ، أو على أى واجب على الطفل أن يؤديه .. إن عنايتها به غير مشروطة ؛ تعتنى به لأن هذا المولود الجديد هو طفلها . والطفل في السنوات الأولى من حياته يجد في خبرة الأم مصدراً للحياة ، طوقاً كاملاً للحماية والغذاء ، فالأم هي الغذاء ، وهي الدفء ، وهي الدفء ، وهي الأرض .

أن تكون محبوباً من الأم معناه أن تكون حيا، متصل الجذور ، مستوطنا في

وطن ، ولئن كان الميلاد معناه التخلى عن حماية الرحم، فإن النمو معناه الخروج من فلك الأم .

وحتى حينما يبلغ الطفل سن الرشد ، فإنه لا يتوقف تماما عن الحنين إلى هذا الموقف القديم ، وعلى الرغم من حقيقة وجود فروق شاسعة بين الطفل والراشد ، فالراشد لديه القدرة للوقوف على قدميه ، والعناية بنفسه ، كما يستطيع أن يتحمل مسئولية ذاته ، بل ومسئولية الآخرين ، بينما الطفل عاجز على فعل كل ذلك ، بيد أننا لو وضعنا في اعتبارنا حيرة الحياة ، وقلة ما لدينا من معرفة ، وما قد يرتكبه الإنسان من أخطاء محتومة Unavoidable ، فإن موقف الراشد لن يختلف كثيرا عن موقف الطفل ، فكل راشد في حاجة إلى المساعدة ، وإلى الدفء وإلى الحماية ، على نحو يشبه إلى حد كبير حاجة الطفل إليها . فهل من العجب بعد ذلك أن نجد علاقة عميقة بين بحث الراشد عن الأمن وتواصل جذوره Rooteness ، ما كان يحصل عليه من أمن وتواصل جذوره Rooteness ، ما كان يحصل عليه من قبل أن يجد لنفسه وسائل جديدة للتواصل ؟؟

وفى المرض النفسى نجد دليلا ساطعاً عن هذه الظاهرة يكمن فى رفض التخلى عن الدوران فى فلك الأم ، وفى أغلب الحالات المتطرفة نجد رغبة فى العودة إلى رحم الأم ، فالشخص يكون مدفوعاً برغبة قهرية لا تقاوم للعودة إلى رحم الأم على النحو الذى نجده فى أحد أشكال الفصام ، فهو يشعر ويفعل كما الجنين فى رحم الأم ، عاجزاً حتى عن ممارسة الوظائف الأولية لطفل صغير . وفى كثير من الأعصبة الحادة نجد مثل هذه الرغبة ، ولكن كرغبة مكبوتة تظهر فقط فى الأحلام وفى الأعراض والسلوك العصابى ، كمحصلة للصراع بين الرغبة العميقة للبقاء فى رحم الأم وجزء من الشخصية الراشدة التى تمتثل للحياة السوية ، وقد تظهر هذه الرغبة فى العودة إلى رحم الأم فى الأحلام ، فيرى الحالم نفسه فى وقد تظهر مأو وحيداً فى غواصة ، أو غارقاً فى أعماق البحر ... وما إلى ذلك . وفى مسالك مثل هذا الشخص نجد الخوف من الحياة والاستعذاب العميق -Fasun وفى مسالك مثل هذا الشخص نجد الخوف من الحياة والاستعذاب العميق -Moth بالموت (الموت فى الخيال ، كالعودة إلى رحم الأم ، إلى أمنا الأرض -Moth

وأقل حالات التثبيت fixation على الأم تلك الحالة التى يسمح فيها الفرد لنفسه بأن يولد ، كما هو ، ولكنه يخشى أن يخطو الخطرة التالية للميلاد ، أن يفطم عن ثدى الأم، ومن الناس من يتجمد عند هذه المرحلة ، فتستأثر به الرغبة إلى من يرعاه كما الأم، ومن ثم نراهم يبحثون عمن يقوم بتمرضهم nursed ، وحمايتهم على نحو أمومى .. هؤلاء يعيشون حياتهم معتمدين على غيرهم ، فهم يشعرون بالرعب من فقدان الأم إذا ما انسحبت عنهم الحماية الأمومية ، ولكنهم يتفاءلون وينشطون إذا ما وجدوا أما أو من يحل محلها .. تهبهم محبتها سواء في الحقيقة ، أو في الخيال .

هذه الظواهر المرضية في حياة الفرد لها ما يماثلها في تطور الجنس البشرى ، وأكبر دليل على ذلك عدم تحريم زنا المحارم incest tabu تحريما عالميا حتى في معظم المجتمعات البدائية.

إن تحريم زنا المحارم شرط ضرورى للنمو الإنسانى ، لا لسبب ما هو جنسى ، بل لما ينطوى على هذا التحريم من نواح إيجابية ، ذلك أن الإنسان ، كيما يولد ، وكيما يتقدم عليه أن يقطع الحبل السرى ؛ أى يتغلب على هذا الميل العميق نحو الارتباط بالأم .

إن الرغبة المحارمية incestuous desire لا تستمد قوتها من الجاذبية الجنسية نحو الأم ، ولكن في الرغبة العميقة في البقاء في الرحم أو العودة مرة ثانية إلى الرحم أو الاستمرار في الرضاعة من ثدى الأم .

رابعاً: الإحساس بالهوية - التفرد في مقابل امتثال القطيع

Sense of identity - Individuality Vs. Herd Conformity

يمكن تعريف الإنسان بوصفه الحيوان الذي يستطيع أن يقول «أنا» ، والذي يستطيع أن يكون واعيا بذاته ككينونة منفصلة Separate entity فالحيران موجود داخل الطبيعة لا يتجاوزها ، وليس له وعي بذاته وليست به حاجة إلى الإحساس بهويته . أما الإنسان فلأنه ينفصل عن الطبيعة ولأنه يتمتع بالعقل والخيال ، فهو في حاجة لتكوين مفهوم عن ذاته ، وبحاجة إلى أن يشعر وأن يقول : «أنا أكون أنا» ،ولأنه فقد وحدته الأولى Origenal unity مع الطبيعة ، فعليه أن يتخذ القرارات ، وأن يعي ذاته كشيء مختلف عن الآخر، وأن يكون قادراً على الإحساس كموضوع لأفعاله .

والحاجة إلى الإحساس بالهوية ، كالحاجة إلى الانتماء relatedness والتجذر ، أى أن تكون له جذور، والتسامى كالحاجة إلى الإحساس بالهوية ، حيوية وملازمة للإنسان ، ولا يستطيع أن يكون سوى العقل إذا لم يجد سبيلا إلى إشباع هذه الحاجات.

إن إحساس الإنسان بهويته ينمو منذ خروجه من فلك «الروابط الأولية، التي

تربطه بأمه وبالطبيعة ، فالطفل الذي لا يزال يشعر بتوحده مع أمه ، لا يستطيع الطلاقا أن يقول وأناه ، فليس به حاجة إلى أن يقول ذلك ، وهو لا يستطيع أن يعى بذاته إلا بعد أن يعى أن العالم الخارجي منفصل ومختلف عنه ، ومن الكلمات التي يتعلم الطفل استعمالها ، متأخرا كلمة وأناء مشيرا إلى نفسه .

وفى تطور الجنس البشرى تتوقف درجة وعى الإنسان بذاته بوصف ذاتاً منفصلة ، على مدى خروجه من العشيرة ، ومدى نموه وتطوره فى عملية التفرد ، فالعضو فى العشيرة البدائية كان يعبر عن إحساسه بهويته ، فى صيغة ،أنا نحن ، ولا يستطيع أن يعى نفسه بوصفه فرداً له وجود منفصل عن الجماعة .

وفى العصور الوسطى كان الفرد يعى ذاته مرتبطاً بالدور الاجتماعى الذى يؤديه فى نظام الجماعة الطبقى . إن الفلاح لم يجد نفسه مصادفة فلاحاً ، واللورد الإقطاعى لم يجد نفسه لوردا إقطاعيا ، بل هو فلاح أو إقطاعى بموقف غير قابل للتغيير ، لأنه جزء من صميم إحساسه بهويته .

وعندما انهار النظام الإقطاعي ، استيقظ إحساس الفرد بهويته وأصبح التساؤل الفعلى ،من أكون آ Who am I أو على نحو أدق كيف أعرف من أكون ، وهذا هو السؤال الذي صيغ صياغة فلسفية ... أنا أشك إذن أنا أفكر .. أنا أفكر إذن أنا موجود ، وهذا الحل يحصر كل التركيز في إدراك ،الأنا، كموضوع لأى نشاط فكرى . وقد أخفق ديكارت في رؤية أن ،الأنا، تكون مدركة أيضاً في عملية الشعور والفعل المبدع.

وقد اتجه تطور الثقافة الغربية مباشرة نحو إيجاد أساس للشعور الكامل بالفردية، وبتحرير الفرد سياسيا واقتصاديا، وبتربيته على أن يفكر لنفسه، وبتحريره من الصغط التسلطى .. بدأ يشعر وبأنيته، وبأنه مركز نشاطه وأفعاله، غير أن قلة من الناس من يشعر بهذه الأنية، وظلت الفردية عن الأغلبية مجرد حجاب يختفى خلفه الفشل في اكتساب الإحساس الفردي بالهوية.

وظل الإنسان يبحث عن الإحساس الفردى بالهوية ، ولما لم يستطع بلوغ هذا الإحساس المتين بالهوية ، خلق لنفسه توحدات تشعره بهويته ، كقوله مثلا ،أنا أمريكي، وأنا بروتستانتي، أو وأنا رجل أعمال، .

وهذه التوحدات أشد فاعلية في المجتمع الأوروبي ، كتعبير عن بقايا المجتمع الإقطاعي القديم ، غير أن الحراك الاجتماعي Social mobility في الولايات المتحدة ، حصر هذه التوحدات وجعلها أقل فاعلية وحل محل الإحساس بالهوية ،

الإحساس بالامتثال ، فبالقدر الذى لا أخالف به غيرى ، وبالقدر الذى أتفق به مع الآخرين ، وبالقدر الذى أوصف فيه من الآخرين بأنى مواطن منتظم ، بهذا القدر أحس بأنى أنا - ، كما ترغب أكون، ، حسبما يعنون براند للر إحدى مسرحياته ، وهكذا تنمو هوية القطيع لدى الفرد ، الإحساس بالهوية مستنداً إلى الإحساس بالتماثل -uni والتواؤم conformity لا يترك غالباً كما هو ، بل يدرك مغلفا بوهم الإحساس بالفردية .

إن مشكلة الإحساس بالهوية، ليست كما تُغْهَم غالبا مشكلة فلسفية فحسب، أو مشكلة تعلق فقط بالعقل والتفكير، إن الحاجة إلى الإحساس بالهوية تنبثق من ظروف الوجود الإنساني نقسه، وهي مصدر أقوى وأعمق مما يبذله الإنسان من نضال في حياته، ولا أستطيع أن أظل سوى العقل دون الإحساس ،بالأنا، ، ومن ثم فأنا على أتم استعدا لعمل أي شيء لاكتساب هذا الإحساس .

وتكمن الحاجة وراء الميل الشديد إلى الامتثال ، وأحيانا ما تكون أقوى من الحاجة إلى البقاء المادي الحيوى .

ومن الواضح أن الناس يميلون إلى المضاطرة بحياتهم والتخلى عن حبهم والتنازل عن حريتهم ، والتضحية بآرائهم من أجل التوحد مع القطيع herd ، من أجل التماثل مع الأغلبية ، أى من أجل اكتساب الإحساس بالهوية ، حتى وإن كان إحساسا زائفا .

خامسا : الحاجة إلى إطار للتوجيه ، والاعتقاد العقل مقابل اللامعقولية

The Need for a Fram Orientation and Devotion - Reason Vs. Irrationality

إن حقيقة أن الإنسان يملك العقل والخيال تقردنا لا إلى الإحساس بالهوية الذاتية فحسب ، بل إلى التوجه الذاتى ، صوب تصور العالم تصوراً معقولاً . وما أشبه هذه الحاجة بعملية النمو الطبيعى فى السنوات الباكرة من حياة الطفل ، تلك التى تبلغ نهايتها عندما يستطيع الطفل أن يمشى وحده ، وأن يلمس الأشياء ويمسكها بكلتا يديه ، عارفاً ما هى . وبعد أن يكتسب القدرة على المشى والكلام ، يكون قد خطا الخطوة الأولى فقط فى توجهه المباشر . إن الإنسان يجد نفسه منذ البداية محاطاً بظواهر كثيرة ومحيرة ، غير أنه يتميز بالعقل الذى يدفعه إلى الإحساس بها ، وأن يضعها فى إطار تمكنه من فهمها ، ويسمح له بمعالجتها فى أفكاره . وكلما ارتقى عقل الإنسان إطار تمكنه من فهمها ، ويسمح له بمعالجتها فى أفكاره . وكلما ارتقى عقل الإنسان

اقترب توجهه في تفسير الظواهر من الصواب والحقيقة .

ولابد للإنسان من إطار توجيه عام ، وسواء أكان هذا الإطار صحيحاً أم وهما فإنه يضفى على حياة الإنسان معنى .

وهذا الإطار يشبع لدى الإنسان حاجة أساسية ، وسواء اعتقد الإنسان فى قوة حيوان التوتم أو إله المطر ، أم فى امتياز وقدرة عرقه (جنسه) ، فإن حاجته إلى إطار موجه من هذه الاعتقادات تكون قد أشبعت ، ومن شأن هذا أن يجعل الصورة التى يرسمها الإنسان للعالم ، تزداد وضوحاً بازدياد معارفه وارتقاء عقله .

على الرغم من أن القدرة العقلية للجنس البشرى - من الزاوية العضوية - قد بقيت في مستوى واحد آلاف الأجيال ، فإن بلوغ الموضوعية objectivity - حيث اكتساب القدرة على رؤية العالم والطبيعة والمخاوف - يتطلب أمداً طويلاً .

وكلما تقدمت الموضوعية في تفكير الإنسان ، كان أقرب إلى الحقيقة وأكثر نضوجاً ، وأقدر على إبداع عالم إنساني يطمئن إليه .

إن العقل هو قدرة الإنسان على إدراك grasping العالم بالفكر ، وهو فى ذلك على النقيض من الذكاء ، الذى يتمثل فى قدرة الإنسان على الإمساك، -Manipula على النقيض من الفكر .

العقل أداة الإنسان للوصول إلى الحق Turth ، والذكاء أداته للإمساك بالعالم بدرجة أكثر نجاحاً ، الأداة الأولى إنسانية محض ، أما الثانية فتنتمى إلى الجزء الحيواني من الإنسان ، العقل قدرة يجب تدريبها كي تنمو ، وهي قدرة لا تقبل التجزئة ؛ أعنى أن القدرة على الموضوعية تشتمل على معرفة الطبيعة والإنسان والمجتمع والذات ، ولا ينبغي أن تقتصر على جانب واحد دون الجوانب الأخرى ، فالعقل قدرة إنسانية يجب أن تمتد إلى العالم كله الذي يعيش فيه الإنسان .

الصحة النفسية والجتمع : Mental Health and Society

إن مفهوم الصحة النفسية يتوقف على تصورنا عن طبيعة الإنسان ، وقد حاولنا أن نبين أن حاجات الإنسان وأهواء تنبثق من شروط وجوده الخاص . وهذه الحاجات: هي تلك التي يشترك فيها الحيوان - كالجوع والعطش ، والحاجة إلى النوم وإلى الإشباع الجنسي ، وهذه الحاجات ترتبط ارتباطا وثيقاً بالتكوين الكيمائي العميق للبدن ، وهي حالات قد تنقلب إلى قوة هائلة إذا بقيت بغير إشباع من صاحبها (ويصدق ذلك بطبيعة الحال على الحاجة إلى الطعام والنوم أكثر مما يصدق على

الحاجة إلى إشباع الحاجة الجنسية ، التي لا تبلغ قوتها إذا لم تشبع ، قوة الحاجات الأخرى ، على الأقل من الزاوية الفسيولوجية) .

غير إن إشباع هذه الحاجات وتلك الأهواء ليس شرطاً كافياً لسلامة العقل والصحة النفسية ؛ لأن الصحة النفسية والعقلية لا تقوم على إشباع الحاجات والأهواء Passions التى ينفرد بها الإنسان وحده فحسب ، بل تنبثق من شرط موقفه الإنسانى. وتتمثل هذه الحاجات فى حاجته إلى التواصل مع الآخرين Relatedness ، التسامى Transcendence الحاجة إلى الانتسماء (التجذر) Rootedness ، الحاجة إلى الإنسان بالهوية ، والحاجة إلى إطار للتوجه والتغير والعبادة devotion . إن أقوى نزع للإنسان يتمثل فى شهوة القوة Lust of power ، وفى إحساسه بالغرور ، وفى بحثه عن الحقيقة ، ونزوعه إلى الحب والأخوة Brotherliness ، فن نزعته بحثه عن الحقيقة ، ونزوعه إلى الحب والأخوة Creativeness .

وكل رغبة قوية تحرك أفعال الإنسان ، إنما ترجع إلى هذه الطبيعة الخاصة بالإنسان ، ولا ترجع إلى المرحل المختلفة لليبيدو Libido كما يشير فرويد .

إن إيجاد حل لحاجات الإنسان الفسيولوجية والنفسية أمر جد يسير ، والصعوبة في ذلك اجتماعية واقتصادية ، أما إيجاد حل لحاجات الإنسان البشرية الخاصة به فأمر غاية في التعقيد ؛ إذ يتوقف على عوامل عدة كما يتوقف على طريقة تنظيم المجتمع الذي يعيش فيه ، وكيف يحدد هذا التنظيم العلاقات الإنسانية في داخله .

إن الحاجات النفسية الأساسية التى تنبثق من شروط وجوده الخاص ينبغى إشباعها بطريقة أو بأخرى ، وإلا اختل عقل الإنسان ، كما أن الحاجات الفسيولوجية ينبغى إشباعها وإلا تعرض صاحبها للموت ، بيد أن الطرق التى يمكن بها إشباع الحاجات النفسية متعددة ، والفرق بين الطرق المتعددة لإشباع الحاجات النفسية معادل المعاجات النفسية معادل العاجات الفسية المختلفة ، وإن لم يتحقق الإشباع لحاجة من الحاجات الأساسية ، كان اختلال العقل نتيجة طبيعية ، وإذا ما أشبعت بطريقة غير مرضية – على أساس من طبيعة الوجود الإنساني – كان العصاب النفسي Neurosis نتيجة طبيعية ، سواءكان ذلك نتيجة عيب في الفرد أو المجتمع . لابد للإنسان من الارتباط بالآخرين ، وإذا ارتبط بالآخرين بطريقة تعايشية أو مغتربة ، يفقد وحدته واستقلال شخصيته ، ويصبح ضعيفاً مكابدا ومعاديا أو غير مبال مغتربة ، يفقد وحدته واستقلال شخصيته ، ويصبح ضعيفاً مكابدا ومعاديا أو غير مبال

غير أن الإنسان إذا ما استطاع أن يربط نفسه بالآخرين عن طريق المحبة .. فإنه يشعر بذاتيته معهم ، وفي الوقت نفسه يحتفظ بتكامله واستقلال شخصيته ، كما أنه لايستطيع أن يتحد مع الطبيعة دون أن يتلاشى فيها إلا عن طريق ارتباطه بها ، بالعمل المنتج .

ولأن ظل الإنسان متعلقاً تعلقاً محارمياً بالطبيعة ، والأم والعشيرة ، توقف نمو عقله وشعوره بالتفرد ، ووقع فريسة سهلة للطبيعة ، دون أن يشعر بتفرده معها ، ولايستطيع أن يشعر الإنسان بسكن ومستقر له ، وإنه آمن مع نفسه ، وإنه سيد على حياته، إلا إذ نما عقله ونمت عاطفة الحب عنده ، وخبر العالم الطبيعي والاجتماعي على نحو إنساني .

ولست بحاجة إلى القول بأن الإنسان لايتجاوز نفسه إلى ما وراءها ، إلا عن طريق النزعة التدميرية والنزعة الإبداعية .

النزعة التدميرية تفضى إلى معاناة الذات ، في حين أن الإبداع يؤدى إلى سعادتها ، ومن السهل أن نرى الإحساس بالهوية - ذلك الإحساس الذي يستند إلى إدراك الإنسان لقواه - هو الذي يمنحه قوته ، في حين أن كل شكل من أشكال الإحساس بالهوية يقوم على أساس الجماعة ، يجعل الإنسان معتمداً على غيره ، من ثم يصبح عاجزاً وضعيفاً .

وأخيراً استطيع أن أقول إن الإنسان لا يستطيع أن يجعل هذا العالم عالمه إلا بمقدار إدراكه للحقيقة Reality ، فإن هو عاش في أوهام Illusions ، فإن يغير من الظروف التي تفرض هذه الأوهام .

واستطيع باختصار أن أقول أن مفهوم الصحة النفسى يصدر عن ظروف الوجود البشرى نفسها ، وأنه هو بعينه في كل العصور وكل الثقافات .

وتتميز الصحة النفسية بالقدرة على الحب وعلى الإبداع ، وبالخروج من فلك الروابط المحارمية : العشيرة والأرض وبالإحساس بالهوية ، ذلك الذي يقوم على إدراك الإنسان لذاته كموضوع وعامل في تحديد قواه ، وبإدراك الحقيقة داخل وخارج نفوسنا ، أي بنمو الموضوعية.

وهذا التعريف بالصحة النفسية يتفق في جوهره مع المعايير المسلم بها التي بشر الرسل الروحيين بها . وهذا التوافق وبين ما قدمنا من تعريف وما نادي به كبار

الروحيين على مسار التاريخ الإنسانى ، يحمل بعض علماء النفس المحدثين على الاعتقاد بأن هذه الفروض النفسية ليست فروضاً ،علمية ، إنما هى ،مثل عليا الاعتقاد بأن هذه الفروض النفسية ليست فروضاً ،علمية ، إنما هى ،مثل عليا Ideals فلسفية أو دينية ، ويصعب عليهم أن يروا أن التعاليم الكبرى فى جميع الثقافات إنما قامت على إدراك طبيعة الإنسان إدراكاً عقلياً ، وعلى الظروف اللازمة لنموه لتبرهن لنا لنموه ، وإن هذا الإدراك لطبيعة الإنسان ، وهذه الظروف اللازمة لنموه لتبرهن لنا لماذا كان كبار المصلحين فى أكثر من أرجاء العالم ، وفى مختلف عصور التاريخ ينادون بالمبادئ نفسها ، دون أن يؤثر أحدهم فى الآخر ، أو يتأثر أحدهم بغيره تأثراً لايكاد يذكر .

کــارن هــورنــی Karn Horney

النظرية الاجتماعية الثقافية في الشخصية:

A Sociocultural theory of Personality

نقطة البدء في تصورات هورني النظرية ، تبدأ من الخلاف مع فرويد في بعض تصوراته ، شأنها في ذلك شأن أدلر ويونج وأريكسون وفروم .

تؤكد هورنى أن فرويد قد أخطأ عندما أرجع التباين النفسى بين المرأة والرجل الى الاختلاف في التشريح الجسماني Physical anatomy .

وتعارض هورنى تأكيدات فرويد أن سيكولوجية المرأة تستمد مقوماتها من قوة دفع مهيمنة ، وهي حسد القضيب Penis envy .

وتؤكد أن افتراضات فرويد غير منطقية ، وتستند إلى ثقافة القرن التاسع عشر ، حيث هيمنة النمط الذكوري وانحسار دور المرأة .

وتعترض على نظرية الغرائز عند فرويد ، مؤكدة بأن التحليل النفسى ينبغى أن يقيم دعائمه على التوجه الاجتماعي الثقافي .

وتقيم صروح نظريتها في العصاب النفسى والصراعات الداخلية على أهمية تأثير العوامل الاجتماعية والثقافية في تشكيل الشخصية الإنسانية .

وعلى الرغم من أن نظريتها قد استمدت مقوماتها الأساسية من الدراسات الكاينيكية العميقة للمرضى العصابيين ، فإن كثيراً من أفكارها تعكس استبصارات قيمة في فهم التباينات الفردية والعلاقات البين شخصية .

ســـيرة وحيـــاة :

ولدت كارن هورنى (نى دانيلسون Nee Danielson) بالقرب من هامبورج بألمانيا عام ١٨٨٥ ، وكان والدها كابتن فى البحرية ، شديد الورع والتدين ، يؤمن بأن النساء أدنى من الرجال ، بينما كانت أمها امرأة هولندية جذابة وخلابة الملامح ومتحررة الفكر ، وأصغر من زوجها بثمانية عشر عاماً .

وكان حظ كارن هورنى من الجمال محدوداً . وقد استنفدت معظم مراحل طفولتها ومراهقتها فى شكوك عن قيمتها الذاتية ، وذاد من حدة هذه الشكوك افتقادها إلى الجاذبية ، بيد أنها قد عوضت ذلك بأن أصبحت طالبة جد متميزة ، وكتبت تقول لأنى لم استطع أن أكون جميلة ، فقد قررت أن أكون أنيقة (روبئز ١٩٨٨ ، Rubins ،

وفى سن الرابعة عشر قررت أن تصبح طبيبة ، وقد مهدت لهذا الهدف منذ التحاقها بجامعة فربيرج ١٩٠٦ ، حيث أصبحت من أوائل السيدات اللاتى سمح لهن بدراسة الطب ، وهناك قابلت أوسكار هورنى وتزوجته فى عام ١٩١٠ حيث كان يدرس العلوم السياسية .

وتلقت هورنى تدريبها فى التحليل النفسى بمعهد برلين . وخلال فترة ليست بالقصيرة عانت هورنى من نوبات اكتئاب حادة ، وقيل إن زوجها أنقذها من محاولة انتحار ، ومع بداية عام ١٩٢٦ بدأت علاقتها الزوجية فى التفسخ والاضطراب ، ووجدت نفسها مثقلة بمشاكل شخصية متعددة : وفاة أخيها ، وانفصال والديها وموتهما فى خلال سنة من الانفصال ، وشكوكها المتزايدة عن جدوى التحليل النفسى وقيمته .

وبدأت تعانى من مشاعر يأس وقنوط ، وقررت الانفصال عن زوجها وحدث الانفصال عن زوجها عام ١٩٢٧ ، وبدأت حياتها في الازدهار المهنى ، حيث عملت في معهد برلين للتحليل النفسى ، وانشغلت تماماً بالتدريس والكتابة والسفر .

وفى عام ١٩٣٢ ، وأثناء حالة من الاكتئاب كانت تلازمها - سافرت إلى الولايات المتحدة الأمريكية ، وتقلدت منصب مساعد مدير فى معهد شيكاغو للتحليل النفسى Chicago Psycho Analytic Institute ثم انتقلت بعد عامين إلى نيويورك حيث حاضرت فى معهد التحليل النفسى بنيويورك .

ونتيجة الموقفها المناهض لآراء فرويد ولاسيما عن المرأة والغرائز ، فُصِلَتُ من عملها وجردت من حقوقها وامتيازتها كمعلمة ومحللة نفسية عام ١٩٤١ ، وبعد فترة قصيرة عملت هورنى في المعهد الأمريكي للتحليل النفسي ، وظلت عميدة لهذا المعهد حتى وفاتها عام ١٩٥٧ أثر إصابتها بمرض السرطان .

the control of the second of the control of the con

with the first of the second section in the

and the second of the second o

النظرية الاجتماعية الثقافية : المفاهيم والمبادئ الأساسية

Socicultural Theory: Basic Concepts and Principles

تستند النظرية الاجتماعية الثقافية عند هورني إلى ثلاثة أسس:

- ١ رفضها لآراء فرويد وبخاصة فكرته عن ،حسد القضيب، عند النساء باعتباره قدراً محتوما ، كتب على المرأة أن تكابده بحكم طبيعتها الفسيولوجية.
- ٢ وأثناء انتقالها للعيش فى شيكاغو ونيويورك غيرت هورنى من أفكارها على نحو ما فعل كثير من الشخصيات العلمية البارزة مثل إيريك فروم، ومارجريت ميد، وهارى سوليفان، وقد دعم هؤلاء العلماء اعتقاد هورنى بأن الظروف الاجتماعية والثقافية لمها تأثير عميق على نمو للفرد وسلوكه.
- ٣ أكدت هورنى من خلال ملاحظتها الكلينيكية على الاختلافات الحادة فى ديناميات الشخصية بين المرضى فى أوروبا والمرضى فى الولايات المتحدة الأمريكية مؤكدة أن ثمة تأثيراً قوياً للقوى الثقافية فى أحداث العصاب النفسى . وقد وصلت إلى استنتاج مؤداه أن جوهر اضطرابات وظائف الشخصية يرجع إلى التفاعلات البين شخصية المودد .

نه و الشخصية : Personality Development

تتفق هورنى مع فرويد فى أهمية خبرات الطفولة فى تشكيل بنية شخصية الراشد ومدى قدرها على أداء وظائفها ، وعلى الرغم هذه الأرضية المشتركة بينهما ، فإن الأثينيين قد اختلفا فى الخصوصيات التى تتحدث عن كيفية تكوين الشخصية وفضت هورنى تأكيد فرويد أن المراحل الجنسية النفسية العامة ، وكذلك التشريح الجنسي للطفل هو الذى يحدد مسار نمو الشخصية . وارتأت أن العلاقة الاجتماعية بين الطفل ووالديه هى العامل الحاسم فى نمو وتحديد مكونات الشخصية .

وطبقا لما تقول به هورنى ، فإن الطفولة تتميز بحاجتين أساسيتين ، هما : إشباع Satisfaction الحاجات الفسيولوجية ، والحاجة إلى الأمان safty ، الحاجة الأولى تشمل كل ما هو فسيولوجى (الطعام والماء والنوم ... إلخ) والحاجة الجوهرية الثانية هى الحاجة للأمان ، باعتبارها دافعا أساسيا لدى الطفل يجعله يشعر بأنه

مرغوب ومحبوب ومحمى من الخطر، ومن العالم العدائي .

وتؤكد هورنى أن الطفل يعتمد على والديه كلية فى إشباع حاجته إلى الأمان ، وإذا أظهر الوالدان مشاعر دفء وحنان وعاطفة نحوه ، أشبعت حاجته إلى الأمن ونما نموا سوياً ، والعكس صحيح .

وثمة عدد من أنماط السلوك الوالدية من شأنها أن تحبط حاجة الطفل إلى الأمن: منها (التمييز بين الأبناء ، العقاب الظالم ، السلوك الخاطئ ، السخرية من الأبناء ، عدم الوفاء بالوعد ، الحماية الزائدة over protection) ، إضافة إلى ذلك تمييز الأخ عن الأخت .

وتنشأ المعدوانية بأشكالها المتنوعة نتيجة لسوء المعاملة الوالدية .

تقول ورنى (١٩٤٥) إن شعور الطفل بعدم الأمان يولد لديه مشاعر عجز وخوف وإحساس عارم بالذنب والحب أيضاً ، بيد أن هذه المشاعر الموجهة نحو الوالدين يتم كبتها كي يحيا في كنفهما .

ولسوء الحظ .. فإن المشاعر العدائية Hostility التي يكبتها الطفل ، تفرض نفسها على علاقات الطفل المستقبلية مع الآخرين .

هاهنا يخبر الطفل ما يمكن تسميته «بالقلق الأساس، حيث يشعر بأنه وحيد ، وعاجز وخائف ، تملأه مشاعر عدائية تجاه الآخرين، . (ص ١٨) .

القلق الأساسي : Basic Anxiety

على النقيض من فرويد ، لا تعتقد هورنى أن القلق مكون أساسى للوجود الإنسانى مؤكدة أن القلق نتاج الشعور بعدم الأمان فى العلاقات البين شخصية ، وتؤكد أن أى اضطراب فى مشاعر الأمن بين الطفل ووالديه من شأنه أن يولد القلق الأساسى ، فإذا أشعر الطفل بالحب والتقبل من والديه نما نموا سويا ، وإذا لم يشعر الطفل بالأمن ، تكونت مشاعر عدوانية تجاه والديه ، ثم تمتد هذه العدوانية إلى الآخرين حيث تشكل نواة القلق الأساسى . ومن رأى هورنى أن الطفل الذى يعانى من القلق الأساسى ، يصبح أكثر عرضة للعصابية فى الرشد .

الحاجات العصابية : واستريجيات مواجهة القلق الأساسي :

Neurotic Needs: Strategies for coping with Basic Anxiety:

ترى هورنى أن الطفل يلجأ إلى عشرة أنواع من الدفاعات كيما يتغلب على القلق الأساسى الذي يتمثل في الإحساس بفقد الأمن ، والعجز والعداء ، وتطلق

على هذه الدفاعات المصاحبة للقلق الأساسى اسم الحاجات العصابية أو الميول العصابية .

وفى كتابها (صراعاتنا الداخلية) Our Inner Conflicts ، قامت بتجميع الحاجات العصابية العشر على ثلاثة تصنيفات من الناس ، كل منهم يسعى لبلوغ الشعور بالأمن والأمان فى هذا العالم من خلال هذه الدفاعات ، ومن ثم يوظفون إمكاناتهم لخفض مستوى القلق وجعل الحياة أكثر احتمالاً . وقد أوضحت هورنى أن هذه التصنيفات تكشف عن توجهات عامة لدى الشخص نربطه بغيره من الناس .

وفيما يلى الجدول الذي يحدد الحاجات العصابية كما تصورتها هورني .

الحاجات العصابية عند هورني

التعريفات السلوكيسة	الصاجة الملحة إلى
يتسم أصحاب هذا الميكانزم بالسعى الحصول على المحبة والإعجاب من الآخرين بطريقة غير محددة وغير معقولة «لديهم حساسية مفرطة إزاء التقد «يتسمون بالرفض ، ومشاعر العداوة .	۱ – المحبة والقبول الاجتماعي Affection and approval
الاعتصاد الكامل على الآخرين ؛ الإحساس المخيف بأنه مهجور abandoned ، وأنه سيتُرك ليعيش وحيدا ، إعطاء الحب قيمة كبرى وبأنه الشيء الوحيد القادر على حل كافة المشاكل .	 ٢ - الحاجة الملحة إلى وجود شريك حياة يكون له الهيمنة والتحكم .
تفضيل أسلوب الحياة الذي يعتمد على الروتين والنظام الصارم.	۳ - وضع الحياة في حدود ضيقة Restricting life within narrow limits
الرغبة في الهيمنة والتحكم في الآخرين لتكون أداة طيعة له ، يعشق القوة ، ويشعر باحتقار وازدراء Contempt للضعف	٤ – القوة Power
والضعفاء. لديه إحسساس بالرعب من أن يكون موضوعا لاستغلال الآخرين ، أو ينظر إليه	ه – استغلال الآخرين Exploiting others

كغبى من قبل الأخرين لا يفكر مطلقاً في استغلال الآخرين .

٦ -- التميز الاجتماعي

الرغبة في أن يكون موضع احترام Social recognition | متقدير الآخرين.

٧ – الإعجاب الشخميي

Personal admiration

دافع لخلق صبورة للذات خالية من مركبات نقص ، أو محدودية ، يحيا تحت وهم أنه يحظى بإعجاب وتقدير ومديح الآخرين.

٨ - الطموح الشخصي

Personal ambition

الكفاح المكثف ليكون الأفضل دائما في نتائجه ، بيد أنه يرتعب من الفشل .

Self - sufficiency and independence

٩ - الاكتفاء الذاتي والاستقلال

يتجنب الدخول في أي علاقة تنطوي على التزام أو تعهد من أي نوع ، يضع مسافة بينه وبين الأخرين ، مكتف بذاته ، ومستقل عن الأخرين .

١٠ - الحاجة إلى الكمال

يتبصف سلوك هذا الشخص المصاولات Prefection المتواصلة لأن بيدو على نحو أخلاقي في سلوكه ومواقفه ، بيدو في مظهر الكمال والفضيلة .

وفي كتابها وصراعاتنا الداخلية، Our Inner Conflicts قامت كارن هورني بتجميع حاجاتها العصابية العشر من خلال ثلاثة تصنيفات رئيسية : كل تصنيف يعكس التفاعل بين الناس بعضهم بعض ، من أجل بلوغ الأمن والأمان في العالم ، بعبارة أخرى .. فإن الناس يوظفون إمكاناتهم لتخفيض مستوى القلق وجعل الحياة . Bearable اكث احتمالا

وترى هورني أن هذه التصنيفات الثلاثة تظهر التوجهات العامة لدى الشخص في علاقته بالآخرين على التالى:

١ - الاتجاه نحو الآخرين : النمط الإذعاني :

Moving Toward People: The Compliant Type

بتضمن الاتجاه نحو الآخرين أسلوب من التفاعل يتميز بالتبعية dependance والسلوك اللاتوكييدي Unassertiveness والعجز ، فمثل هذا الشخص يتصف بالإذعان كما تطلق عليه هورنى ، حيث يتوجه فى الحياة وفقًا لاعتقاد غير معقول يقول وإذا استسلمت فلن أضر، (هورنى ص ٩٧) .

ويحتاج صاحب النمط الإذعانى لأن يكون مرغوبا ومحبوبا ،محمياً ومسترشدا من الآخرين ، إنهم يدخلون في علاقات كيما يتجنبوا الشعور بالوحدة والضعف والنفور ، والإذعان للآخرين قد يكون قناعاً يخفى خلفه رغبة عدوانية مكبوتة ، ويميلون دائما إلى محو الذات Self - affecing وتجاوزها أمام الآخرين ، بيد أنهم غالبا ما يخفون تحت السطح مشاعر غضب وحقد وعدوانية بغير حدود .

٢- الانتجاه بعيدا عن الناس : النمط الانعزالي :

Moving away from people: The Detached Type

يتبنى النمط الانعزالى أساليب لمواجهة الحياة ، والتفاعل مع الآخرين يستند إلى اللامبالاة وعدم الاكتراث ، كقوله : أنا لا أهتم بأى شىء ، ويؤمن الانعزاليون بالانسحاب من المجتمع ، وبعدم الرغبة فى المواجهة ، يوجههم ويرشدهم الاعتقاد وإذا انسحبت فان يصبنى أى صرره . (هورنى ، ص ٩٩) .

ويتصف أصحاب النمط الانعزالى بفتور المشاركة العاطفية ، سواء أكانت مشاركة رومانسية أم عملية أو إبداعية ، وكنتيجة لذلك يفتقرون إلى الاهتمام بالآخرين ، والاستمتاع بمناهج الحياة ، ويتصفون بالرغبة في العيش نهباً للعزلة والسرية Privacy ، وعلى نحو مستقل مكتفين بأنفسهم Self sufficiency ، في كنف عزلة خاصة .

٣- الاتجاه ضد الآخرين : النمط العدائي

Moving against people: The hostile Type

يتصف أصحاب هذا الاتجاه بالرغبة في الهيمنة ، والعداء والاستغلال للآخرين، ويحيا هذا النمط من الناس – كما تقول هورني – وفق اعتقاد واهم يقول اإذا امتلكت القوة ، فإن يستطيع أحد أن يضرني، . (ص ٩٩) .

وهذا النمط من الناس ، يفترض أن الآخرين عدوانيون ، وأن الحياة تنطوى على صراع مرير ضد الجميع ، ولهذا فهو ينظر إلى موقف أوعلاقة من خلال رؤية تقوم على التسابق لنيل ما يستطيع أن يبلغ إليه ، ويتساءل ما الفائدة التي أستطيع أن أحصل عليها من هذا الموقف ، سواء أكان هذا الموقف ثروة أم مكانة اجتماعية أم علاقة أم حتى أفكار .. إنه يفتش عن مصلحته الخاصة حيثما كان ، وعنده الغاية

تبرر الوسيلة ، ومن ثم فقد يتظاهر بالأدب الجم ، والتعاون المخلص أو العدوانية المفرطة إذا اقتضى الأمر، فالسلوك في نهاية المطاف ، ما هو إلا وسيلة لتحقيق الهيمنة والقوة على الآخرين ، فكل فعل ، في حقيقته ، موجه نحو تدعيم مكانة الفرد الاجتماعية ، ومركزه وطموحه الشخصى . ولا يتحقق هذا الأسلوب في الحياة إلا من خلال استغلال الآخرين ، لتحقيق الإحساس بالتميز الاجتماعي والخيلاء والإعجاب الشخصى.

وتسمى هورنى هذه التصنيفات الثلاثة باستراتيجيات المواجهة فى الحياة -Cop ing strategies ، وهى أشبه بميكانزمات دفاعية ، الهدف منها تخفيض حدة القلق الناشئ عن القوى الاجتماعية فى الطفولة . دفاعية ، الهدف منها تخفيض حدة القلق الناشئ عن القوى الاجتماعية فى الطفولة . ومن جهة نظر «هورنى» فإن أسس استراتيجيات المواجهة وما تنطوى عليه من صراعات هى قاسم مشترك بين الناس جميعا أسوياء وعصابين ، والاختلاف يرجع إلى تغليب نمط عن غيره من الأنماط ، وعلى نحو حاد ، ومن ثم فإن الصراع لدى الأسوياء لا يكون انفعاليا emotionally بالدرجة نفسها عند العصابى ، لأن السوى فى الحياة يتسم بقدر من المرونة كبيرا ، ومن ثم يستطيع أن ينتقل من استراتيجية إلى أخرى حسبما تقتضى نوعية الظروف ، وأن سواءه قائم على تلك المرونة -Ibexabili العصابى يعجز عن التعامل بمرونة مع المواقف ، مركزا فقط على نمط واحد ، سواء أكان مناسباً أم غير مناسب للمواقف فهو أقل مرونة وأقل فاعلية فى المواقف من الأسوياء من الناس .

علم نفس المرأة : Femine Psychology

ويتضح مما سبق ، أن هورنى وقفت موقفا مناهضا من كافة افتراضات فرويد عن المرأة ، فهى ترفض رفضاتاما افتراض فرويد بأن المرأة تحسد الرجل لأنه يملك قضيبا ، وتلوم أمها لأنها لم تلدها مزودة بقضيب مثل الذكور . وترفض أيضاً افتراض فرويد بأن المرأة ترغب لا شعوريا في إنجاب ابن ذكر ، كرمز لامتلاك ،القضيب، .

وقد أدمجت هورنى هذه الآراء لدى المرأة بمفهوم احسد الرحم، Womb وقد أدمجت هورنى هذه الآراء لدى المرأة بمفهوم احسد الرحم، envy envy الذكور قد يغارون على نحو لا شعورى من قدرة المرأة على الحمل وتربية الأطفال . وأخيرا أكدت هورنى أن مؤسس التحليل النفسى كان اذكراً عبقرياً، Male genius ، وأن جميع من طوروا أفكاره وآرائه كان معظمهم من الذكر، وأن ثمة تحيزاً ذكورياً في علم النفس إذا، (هورنى ، ١٩٦٧ ، ص ٥٤) .

وقد أدى اعتراض هورني على افتراضات فرويد النظرية عن المرأة إلى خلق

نوع من العداء ، فلم تكن مؤهلة كمحللة نفسية ، وتم طردها من مدرسة التحليل النفسى التي كان يقودها الرجال .

وقد أقامت هورنى صروحها النظرية عن سيكولوجية المرأة ، موضحة أن الفروق بين الذكور والإناث ترجع إلى مؤثرات اجتماعية وثقافية Sociocultural وليس إلى فروق بيولوجية .

ترى هورنى أن النساء تشعر بالدونية إزاء الرجل ، لأنهن يعتمدن فى حياتهم على الذكور اقتصاديا وسياسياً ونفسياً وتاريخياً ، فإن المرأة عملت كمواطن من الدرجة الثانية ، وعلى نحو تم فيه إنكار حقوقها فى المساواة مع الرجل . واجتماعيا كان عليها أن تعظم من شأن الرجل باعتباره السيد المتسامى Superior ، ولهذا تشعر المرأة بالتبعية وعدم الكفاية ؛ لأنها تعيش فى أنسقة اجتماعية تمنح الرجل حق السيادة والمهيمنة على المرأة .

وتؤكد هورنى أن معظم النساء يرغبن فى أن يكن أكثر قوة عضلية ولكن ليس لأنهن فى حاجة إلى قضيب ذكرى والرغبة فى أن تكون المرأة رجلاً، ، ربما تكون تعبيراً أو أمنية لاكتساب كل هذه الخصائص أو القدرات التى يتمتع بها الرجال فى ثقافتنا ، مثل : القوة ، الشجاعة ، الاستقلال ، النجاح ، الحرية الجنسية ، الحق فى اختيار شريك الحياة، . هورنى (١٩٣٩ ، ص ١٠٨) .

وقد أكدت هورنى أن صراع الدور role conflict الذى تعيشه المرأة من خلال علاقتها بالرجل ، إنما يرجع إلى طبيعة الدور الذى تؤدى المرأة ، فإذا كان دوراً تقليديا كالزواج والأمومة ، انخفضت حدة صراع الدور ، أما إذا كان للمرأة أهداف ومهن أخرى تتجاوز هذا الدور ، الذى يعتبر مسئولاً عن ظهور نشأة صراع الدور الذى يعتبر عن ظهور الحاجات العصابية وأساليب المواجهة ، التى تلعبها المرأة من خلال علاقات الحب مع الرجل .

ويؤكد ويسكوت Westkott (1977) أن هورنى تعتبر رائدة من رواد حركة تحرير المرأة ، فقد كانت كتاباتها إرهاصات أضاءت الطريق أمام المنادين بحق المرأة ومساواتها بالرجل .

لقد خرجت تصورات هورنى النظرية من ملاحظتها الكلينيكية للمرضى العصابيين الذين كانت تشرف على علاجهم ، وقد خرجت بنتيجة مؤادها أن العصاب النفسى ما هو إلا تعبير عن العلاقات الإنسانية المضطربة ، والذى يظهر بشكل واضح من خلال دراساتها الكلينيكية.

إيريـــك أريكسـون Erik Erikson

وه النفس الذين أتوا بعد فرويد ، اتخذوا من تعظيم قيمة الأنا ego ودورها مدخلا لتنقيح الأفكار المتعلقة بالتحليل النفسى ، ومن بين هؤلاء العلماء وايريك أريكسون، الذى ركز كل اهتمامه على الأنا ومدى قدرتها في نمو الأفراد ، مؤكدا أن الظاهرة النفسية لايمكن فهمها إلا من خلال فهم التفاعل المتبادل للعوامل البيولوجية والسلوكية والتجريبية والاجتماعية داخل وخارج الظاهرة النفسية .

ولعل من أهم ما يميز نظرية أريكسون في الشخصية :

- ١ تأكيده التغير النمائي في دورة حياة الإنسان .
- ٢ تركيزه على الجوانب المضيئة في تكوين الإنسان ؛ حيث السواء الإنساني،
 أكثر بكثير من التركيز على الجوانب الباثولوجية .
 - ٣ تأكيده وبصفة خاصة أهمية تحقيق الإحساس بالهوية .
- ٤ تأكيده أن الاستبصار الكلينكى لا يتحقق إلا من خلال فهم العوامل
 التاريخية والثقافية ، الأمر الذي يتيح فهما أعمق للشخصية .

وقد وضع أريكسون تصوراً لطبيعة الإنسان يرتكز على نوعية الأنا التى تقوى وتشتد من خلال المراحل النمائية ، وهذا راجع إلى أن الإنسان عند أريكسون كائن نمائى ، تمضى حياته فى نماء متواصل من خلال ثمانية مراحل نمائية ، لكل مرحلة إيجابياتها وأزماتها ، وقمة الأزمة فى الشخصية ومرحلة المراهقة ، تلك التى يسميها أريكسون بأزمة الهوية Identity crisis حيث تلتقى صراعات الشخصية وتتجمع ، أما صوب السواء أو فى اتجاه وعدم تعين الهوية ، والذوبان فى الآخرين والشعور بالاغتراب وما يترتب عليه من أعراض نفسية واجتماعية . وتتميز مراحل النمو عند أريكسون بتفاعلاتها الاجتماعية ، فالإنسان كائن عضوى نفسى اجتماعى، وكل مرحلة من مراحل نموه لها دينامياتها الاجتماعية والنفسية ، والإنسان يستطيع أن مرحلة من مراحل نفسه ويتخطى حدود الأزمة فى مرحلة نمائية ، إذا ما توافرت له يتجاوز صراعاته النفسية ويتخطى حدود الأزمة فى مرحلة نمائية ، إذا ما توافرت له فرص تجاوز ها نفسا واجتماعيا فى مرحلة لاحقة .

Ego Psychology: سيكولوجية الأنا عند أريكسون

يتخذ أريكسون من نمو الأنا أساساً محورياً لرؤيته النفسية ، على الرغم من تأكيده على أن أفكاره لم تخرج عن كونها امتداداً لآراء وتصورات فرويد عن النمو النفس - جنس Psychosexual ، ولكن في ضوء الاكتشافات الحديث لعلم البيولوجيا والاجتماع.

وقدم رؤيته التصورية والكلنيكية ، من خلال أربعة محاور أساسية :

الأول : إن عمله يمثل تحولاً كاسحاً في الانتقال من التركيز على الهي ID إلى التركيز والاهتمام بالأنا Ego ، فالأنا تمثل الركيزة الأساسية في السلوك والوظائف الإنسانية ، ولهذا ينظر إلى الأنا باعتبارها بناءً مستقلاً بذاته autonomous في بنية الشخصية ، يسهم في تحقيق التوافق الاجتماعي، ذلك الذي يمضى على نحو متوازن مع نمو «الهي، والغرائز .

ويطلق على تصوراته هذه عن الطبيعة الإنسانية اسم اعلم نفس الأنا، .

وتكمن قدرة الأنا على التعامل مع الواقع على نحو سوى من خلال الإدراك والتفكير والانتباه والذاكرة .

وهذا على الضد من تصور فرويد الذى أرتأى أن الأنا فى حالة نضال دائم لفض الصراع القائم بين الحفزات الغرائزية والقهور الأخلاقية moral constraints .

ثانيا: قدم أريكسون تصوراً نفسياً يستند إلى العلاقة بين الوالدين والمحتوى الثقافي للمجتمع ؛ ومن خلال دراساته الكلنيكية لحالات تنتمي إلى ثقافات متباينة بين أن نمو «الأنا» يتأثر بتغير المؤسسات الاجتماعية وأنسقة القيم السائدة ، أي بالثقافة القومية .

وهذا على الضد من فرويد الذى كان يؤكد أن تأثير الوالدين على الطفل هو الذى يشكل بناء شخصيته .

ثالثاً: إن نمو الأنا عملية متواصلة النماء ، تمتد فتشمل حياة الإنسان بأسرها منذ أن يكون وليداً حتى يبلغ أرذل العمر ، مروراً بالمراهقة فمرحلة الشباب فالنضج maturity . وهذا على الضد من التثبيت Fixation الذي يقف بالنمو النفسي عند مراحل طفلية بعينها ، وأن بذرة العصاب

النفسى بذرة طفلة .

رابعاً: وثمة اختلاف آخر بين فرويد وأريكسون حول طبيعة الصراعات النفس- جنسية وكيفية تجاوزها .

الهدف عند فرويد هو تأكيد دور العمليات اللاشعورية ووجودها في حياتنا النفسية ، موضحاً أن الصدمة trauma في مرحلة الطفولة من الممكن أن تتحول إلى مرض نفسي psychopathology في الرشد ، في حين نظر أريكسون إلى الإنسان بوصفه صيرورة نمائية لا تعرف التوقف . وأن حياته تمضى من خلال ثماني مراحل نمائية ، وأن كل مرحلة لها إيجابياتها وسلبياتها ؛ وأن ما نعيشه من إحباطات في مرحلة معينة ، قد نستطيع تجاوزه في مرحلة عمرية لاحقة إذا ما تحسنت الظروف والشروط البيئية والثقافية .

ولعل من أهم مفاهيم أريكسون الأساسية التعاقب ودورة الحياة والبحث عن هوية.

مبدأ التعاقب The Epigenetic principle

الفكرة المحورية في نظرية أريكسون عن نمو الأنا تقوم على افتراض أن النمو الإنساني يتسم بمراحل عمرية عامة ، هي قاسم مشترك بين أفراد النوع الإنساني، نطلق عليها اسم مبدأ التعاقب في النمو بلوغاً إلى النضج .

ويشير التعاقب إلى النمو ، الذى يمضى من خلال مراحل متعاقبة يتكون فى كل مرحلة جزء من الشخصية . ويفترض أن دورة حياة الإنسان تمضى من خلال ثمانى مراحل نمائية منفصلة ، كل مرحلة تسهم فى النمو النفسى للأنا .

وفيما يلى عرض لهذه المراحل النمائية كما افترضها أريكسون :

بداية العمسر: Infancy

1- الشعور بالثقة في مقابل عدم الثقة : Trust vs. Mistrust

وتحتل السنة الأولى من عمر الإنسان ، وتتميز بشعور الطفل بالثقة فى نفسه وفى غيره من الناس وفى العالم بوجه عام ، وقد يبلغ فى ثقته حداً لا نهاية له ، وقد يفقدها فقدانا تاماً ، ويتوقف ذلك على نوع الرعاية التى يتلقاها داخل الأسرة ، فالطفل الذى تلبى حاجته ، ويجد من يدلله ومن يتحدث إليه ويشاركه اللعب والصحك ، يتصور العالم مكانا آمناً ، والناس أهلاً للثقة ، أما إذا لم تتوافر الرعاية النفسية والاجتماعية والعضوية للطفل داخل أسرته ، فإنه يشعر بأن الناس غير جديرين بالثقة ، وأن حياته غير آمنة ، ويتكون لديه شعور بالخوف والشك وفقدان الثقة فى نفسه وفى الآخرين وفى العالم المحيط به .

ويؤكد أريكسون أن الشعور بالثقة أو فقدانها لا يتكون في السنة الأولى من حياة الطفل بدرجة من الثبات يتعذر معها تغيير الاتجاه ، ويضرب بذلك مثلا : أن الطفل الذي يلحق بالمدرسة بشعور بفقدان الثقة ، قد يتعلم على يد معلم أو معلمة تمنحه ما فقده من شعور بفقدان الثقة في أسرته ، كما أن الطفل الذي يجد في سنته الأولى ما يقيم دعائم الثقة بالنفس وبالناس والعالم ، قد يفقد هذه الثقة إذا ما تصدع كيان الأسرة بالخلافات بين الوالدين أو انفصال بينهما .

وعلى أية حال ، فإن أريكسون يعتبر أن الإحساس بالثقة هو حجر الزاوية -cor في العالم ner stone في بناء الشخصية السليمة ، وأن الطفل الذي يثق في نفسه ، وفي العالم من حوله ، يمتلئ إحساساً بيقين داخلي يجعله يثق في العالم الاجتماعي ، باعتباره مصدراً للأمن ، ومكانا مستقراً ، وأن الناس موثوق فيهم .

ويعتقد أريسكون أن الدرجة التي يكون فيها الأطفال قادرين على اكتساب الإحساس بالثقة في النفس وفي العالم وفي الناس من حولهم ، تعتمد على نوعية رعاية الأم التي يتلقاها .

يقول أريكسون (١٩٦٣) «الأمهات » يخلقن الإحساس بالثقة لدى أطفالهن عن طريق نوعية التربية التي تجمع بين الرعاية المرهفة الحس لاحتياجات الطفل الفردية والإحساس الثابت بالشخصية ضمن إطار من الثقافة السائدة في المجتمع . وهذا ما يشكل الإحساس بالوجود السليم لدى الطفل ، ليكون نفسه ، ويصبح مصدر ثقة للآخرين، (ص ٢٤٩) .

وهكذا ، فالشعور بالثقة لا يعتمد على كمية الطعام أو التعبير الانفعالى الذى يتلقاه الطفل ، قدر ارتباطه بقدرة الأم على منح الطفل الإحساس بالألفة ، والثبات والذاتية .

ويركز أريكسون على حقيقة مؤداها: إن الأطفال لا ينبغى أن يكتسبوا الثقة فى العالم الخارجى فحسب ، بل وفى العالم الداخلى أيضاً . ومن ثم يجب أن يتعلموا الثقة فى أنفسهم من أجل التفاعل بشكل فعال مع الحافز البيولوجى ، ومن شأن هذا السلوك أن يجعل الطفل أكثر تسامحاً مع غياب الأم ، دون معاناة لما يسمى قلق الانفصال . Seperation anxiety

وهذا ما يجعلنا نتساءل عن سبب وجود أزمة في الحياة النفسية في السنة الأولى. ولهذا سلط أريكسون الضوء عليها نظراً لأهميتها ، فهو يرجع تلك الأزمة إلى نوع الرعاية الأمية الموجودة والتي قد تكون عديمة الثقة ومرفوضة غير كفء ، وهذا ما يكون اتجاها نفسيًا نحو الخوف والشك لدى الطغل وخواف نحو العالم الخارجي بصغة عامة والناس بصغة خاصة . الأمر الذي يظهر تأثيرا مرضيًا في المراحل التالية لنمو الشخصية ، ويؤكد أريكسون أن الشعور بعدم الثقة يتزايد لدى الطفل عندما تنشغل الأم عنه وتتحول عنه ؛ من كونه البؤرة الأساسية والمحور الأساسي لاهتماماتها إلى الاهتمام بأشياء أخرى ، مثل ، الرجوع لمهنة سابقة أو الانشغال بالحمل الثاني، .

وأخيراً .. فإن اختلاف الأبوين ثقافياً في أنماط معاملة الطفل ، وسبل رعايته ، ووجود صراع في النسق القيمي والثقافة السائدة بين الوالدين ، من شأنه أن يخلق مناخاً من الغموض لدى الطفل ؛ يترتب عليه شعور بفقدان الثقة حتى في الوالدين .

ولعل من أهم المصاحبات السلوكية لهذا الخلل النمائي في بناء الثقة - كما يقول أريكسون - معاناة الأطفال للاكتئاب الحاد ، والراشدين للبرانويا .

والافتراض الأساسى لهذه النظرية النفس اجتماعية هو أن أزمة الثقة مقابل فقدان الثقة (أو أى أزمة لاحقة) ، لا تحل بشكل دائم خلال السنة الأولى أو الثانية من الحياة .

ووفقا لمبدأ التعاقب ، فإن الثقة مقابل فقدان الثقة ،قد تظهر مرة ثانية فى مراحل نمائية لاحقة ، على الرغم من أنها تكون أشد تركيزا فى مرحلة الطفولة ، لذا فإن تأسيس الثقة بالنفس والثقة بالأم تمكن الطفل من تحمل الإحباط الذى سوف يواجهه حتما نتيجة للخبرات ، التى سوف يمر بها فنى المراحل اللاحقة لنموه .

ويؤكد أريكسون أن النمو الصحى للأطفال لا ينبثق بشكل مباشر من الإحساس بالثقة فحسب ، ولكن من مدى ممارسة الطفل للثقة في مقابل فقدانها .

وإنه لمن الصرورى أن نعرف كيف نفرق بين ما يجب أن نثق به وما يجب ألا نثق به وما يجب ألا نثق به .. فإن القدرة على توقع الخطر شيء جوهرى لسيادة البيئة ومتطلبات المعيشة ، ولهذا أكد أريكسون أن ثمة استعدادا فطريا في الحيوان لاكتساب تلك القدرة النفسية ، لكن في الإنسان يجب أن يتم تعلمها فهي ليست فطرية .

وأخيرا فقد اقترح أريكسون أن يقمن الأمهات من مختلف الثقافات وطبقات المجتمع بتعليم الثقة بطرق مختلفة ، وإلى الآن فإن إحراز أساس الثقة هو شيء جوهري ؛ بمعنى أن الفرد يستطيع أن يثق في العالم الاجتماعي المتمثل في شكل أمه حيث يعتمد عليها في أنها بجواره وتدعمه بالشيء المناسب في الوقت المناسب.

ويؤكد أريكسون أننا نكتسب الفضيلة من خلال الحلول الناجحة للصراع بين الثقة في مقابل فقدانها ، وأن الإحساس بالثقة لدى الطفل يصبح طاقة مفعمة بالأمل في المستقبل القادم ، وتتحول إلى أساس متين للثقة في المؤسسات الدينية ؛ ونمو قوة الأنا من خلال الثقة بالنفس يجعل الفرد أشد إيمانا ، وقدرة على إضفاء المعنى للحياة وعلى اعتبار الثقافة العامة جديرة بالتقدير والاعتبار .

فثمة حركة دينامية - إذا - بين الداخل والخارج ، بين ذات الطفل والعالم المحيط به ، من شأنها أن تحقق له الأمن والثقة ، أو تفقده هذا الشعور بالأمن، ومن ثم الثقة بنفسه وبالآخرين .

آ- الطفولة المبكرة: Early childhood

الشعور بالاستقلال مقابل الشعور بالخجل والشك :

Autonomy vs. shame and doubt

وتحتل السنتان الثانية والثالثة من عمر الطفل ، وفيها يتحدد مدى قدرة الطفل على الاعتماد على نفسه . ويرجع ذلك إلى القدرات الحسية والحركية والعقلية التى تنمو وتعبر عن نفسها عند الطفل ، وفي هذه المرحلة يستطيع الطفل أن يمشى وأن يتسلق ، وأن يفتش عن حاجاته ، وأن يفتح المغلق ويغلق المفتوح ، وأن يجذب الأشياء وأن يدفع ، ويمسك بقبضته . والطفل بهذه القدرات الجديدة فخور بنفسه ، يحب أن يعمل بنفسه كل شيء ، يأكل ويرتدى ملابسه ونحو ذلك .. إنه يتخلق كموجود مستقل

من خلال قدراته فى كل منشط من مناشط الحياة . ونموه كموجود مستقل يتوقف إلى طبيعة التنشئة الاجتماعية التى يحيا فى كنفها داخل الأسرة ، والتى قد تنمى لديه الاعتقاد بأنه قادر على التحكم فى عضلاته ، وفى دوافعه وفى بيئته ، أو قد تسلبه الشعور بالاستقلالية ومن ثم الخجل والشك .

إن أساس اكتساب الشعور بالثقة يجعل مرحلة الكفاح للوصول للإنجاز على درجة ذات فاعلية كبيرة للوصول إلى الاستقلال الذاتى والتحكم فى الذات -self con درجة ذات فاعلية كبيرة للوصول إلى الاستقلال الذاتى والتحكم فى الذات -trol وتجنب الخجل والشك والإهانة ، وتلك الفترة تقابل المرحلة الشرجية خلال السنة الثانية والثالثة من حياة الفرد عند ،فرويد، .

أما بالنسبة لأريكسون فمن خلال التفاعل مع الوالدين أثناء التدريب على عملية الإخراج ، يستطيع الطفل اكتشاف الفرق بين التحكم كشكل من أشكال الرعاية والتحكم كأسلوب للضبط والتقييد ، كذلك يستطيع الطفل التمييز بين الشعور بالراحة أو أنه نوع من الانطلاق العدواني المخرب ، لذلك يجب في تلك المرحلة استخدام الضبط والحزم مع ضبط نسبة الإرادة الجيدة والعناد أو تسلط الرأى ، فالشعور بضبط الذات دون فقد احترام الذات يعتبر مصدرا للثقة في الإرادة الحرة .

إن الشعور بالسيطرة من قبل الوالدين وفقد التحكم في الذات من الممكن أن يؤدى ذلك على ارتفاع في درجة النزعة للشك والخجل . (أريكسون ، ١٩٦٨) .

الأطفال في العادة قبل تلك المرحلة يعتمدون بشكل كلى على الآخرين لرعايتهم .. إلا أنه سرعان ما يتم نضجهم الجسمى والعصبى واللغوى وتنمو قدرتهم على التمييز الاجتماعي ، ثم يبدأون في الاستكشاف والتفاعل مع البيئة المحيطة بشكل أكثر استقلالية واعتماداً على النفس ، ومن ثم يشعرون بالفخر والاعتزاز لاكتشاف مهاراتهم الحركية الجديدة بأنفسهم ، ويرغبون في القيام بكل شيء بأنفسهم مثل (عملية الإخراج – اللبس بأنفسهم ، إطعام أنفسهم) حيث رغبة أكيدة تملك الطفل للبحث والاكتشاف والاختيار ، وهناك موقفان يمارسهما الطفل تجاه والديه هما : دعني أفعل هذا ، وأنا ما أرغب.

ومن وجهة نظر أريكسون ، فإن مواجهة تلك الأزمة النفسية فى هذه المرحلة يعتمد بالدرجة الأولى على مدى رغبة الوالدين فى السماح تدريجيا لأطفالهم بممارسة حريتهم للسيطرة على أنشطتهم وفاعليتهم ، التى تؤثر على حياتهم المستقبلية.

وفى الوقت نفسه، فقد أكد أريكسون أن الوالدين يجب أن يتدخلا فى حياة أطفالهم لكن بحدود ؟ لأن التدخل المفرط فى شئونهم يصبح صارا بالأبناء وبالآخرين، وعلى هذا فإن الاستقلال الذاتى لا يعنى إعطاء الطفل الحرية دون قيود، بل يعنى أنه يجب على الوالدين أن يدعما درجات من الحرية عبر نمو مسئولية الطفل لإدراك الاختيار وممارسته ، ويعتبر أريكسون أن خبرة الطفل للخجل قد تظهر فى بعض الأحيان نتيجة شحنات غضب عارم ، يتملك الطفل ، ويتجه إلى داخله ؟ لأنه لم يستطع أن يعبر عن استقلاله الذاتى والقدرة على أن يخبر التحكم فى الذات . ومن الممكن أن يظهر الخجل إذا كان الوالدان غير صبورين ويصران على فعل كل ما فى إمكانهم لطفلهم ، وكذلك يظهر الخجل إذا توقع الوالدين من الطفل أن يفعل ما لم يستطيع الوالدان فعله . لكن من المؤكد أن الوالدين قد دفعا بطفلهما خارج الحدود المناسبة والمتوقعة من الطفل .. ليس هذا فقط بل عندما يصر الوالدان على الحماية الزائدة للطفل أو إهماله وعدم الشعور به واللامبالاة .

بهذا يكتسب الطفل بصورة مؤكدة الشعور بالخجل تجاه الآخرين والشعور الدائم بعدم الثقة حول مدى تأثيره في ضبط ذاته ، أو التحكم في العالم المحيط أكثر من الشعور بالثقة بالنفس حول مدى قدرته على التفاعل بشكل قعال مع البيئة ، مثل الأطفال الذين يدركون أنهم مرفوضون لأنهم عديمي الفائدة وعالجزون وغير واثقين من قوة إرادتهم will power ومن السيطرة عليها واستغلالها . وبالتالي تكون النتيجة هي الاتجاه النفسي نصو الشك الثاني السيطرة عليها والخضوع والشعور بالعجز ، يعتقد أريكسون أن إحراز الشعور المستقر بالاستقلال الذاتي يمنح الطفل الشعور بالثقة والاستقلال الذاتي النمو النفسي للطفل فعلى والاستقلال الذاتي ، ومن الممكن أحيانا أن يضعف مستقبل النمو النفسي للطفل فعلى سبيل المثال : الطفل الذي اكتسب شعوراً غير متوازن بالثقة .. فإنه من الممكن أثناء مرحلة الاستقلال الذاتي أن يشعر بالتردد والخوف وعدم الأمان تجاه الوالدين ، ومن هنا يستمر في طلب المساعدة من الآخرين .

وبين أريكسون أنه من المحتمل أن تظهر أعراض الوسواس القهرى وما ينطوى عليه من مظاهر نفسية ، إضافة إلى بزوغ أعراض البرانويا وبخاصة الإحساس المفرط بالاضطهاد Persecution والعظمة في المستقبل .

ويؤكد أريكسون أن النظير الاجتماعى لاستقلال الذات هو مؤسسة القانون والقواعد الأخلاقية . ولهذا يقول أريكسون (١٩٦٨) إن الوالدين يجب أن ينقلا الالتزام تجاه العدالة واحترام الحقوق وحقوق الآخرين على أطفالهم ليتقبلوا حدود الاستقلال

الذاتى فى مرحلة الرشد ؛ فقوة الإرادة هى تصميم متواصل لاختبار الاختيار الحركما فى صبط النفس والتحكم فى الذات ، على الرغم من خبرات الشك والصيق من تحكم الآخرين ، فالإرادة الخيرة تتأصل فى الحكمة والاعتمدال فى إرشاد الوالدين مع التزامهم واحترامهم لروح القانون (ص ٢٨٨) .

ويدعونا إلى الإيمان في المستقبل والالتزام بالمنجزات العلمية والمهارات الفنية وبرامج النشاط الاجتماعي .

٣- مرحلة اللعب: Play age

المبادأة مقابل الشعور بالذنب: Initiative versus guilt

المبادأة مقابل الشعور بالذنب هي خبرة الصراع النفسي الأخير لطفل ما قبل المدرسة ، وهي ما يطلق عليها أريكسون «سن اللعب» ، وهي تطابق مرحلة النمو عند فرويد والتي حددها بالمرحلة القضيبية Phillic ، والتي تمتد تقريبا من سن الرابعة حتى دخول المدرسة في هذه المرحلة ، يتحدى المجتمع طاقات الطفل ليكون مغالا وسيدا على مهاراته ، الأمر الذي يعده ليكون عضوا منتجا في المجتمع ...

ويتولى الأطفال إضافة مسئولية جديدة لأنفسهم ، وهى أن يتعرفوا العالم المحيط من خلال (اللعب – الحيوانات الأليفة – أشقائهم الصغار ...) فهم يختيرون أشياء جديدة ، وبالتالى تزداد مسئوليتهم فى المجتمع المحيط بهم ، أن اللغة والمهارات الحركية تسمح للأطفال بالمشاركة مع من هم أكبر منهم سنا بعد الانفصال عن البيئة المنزلية وهكذا يسمح بالاشتراك فى مختلف الألعاب الاجتماعية ، ومن هنا يبدأ الطفل بالشعور بأنه مستقل وأن له هدفاً فى الحياة .

ويبدأ يشعر الطفل بهويته وشخصيته ، وبالرجوع لأريكسون : فإن المبادأة تضيف للاستقلال الذاتى القدرة على التخطيط الجيد ومواجهة المشكلات ؛ من أجل تحديد إرادة الذات self - will من قبل أفعال التحدى أو الاعتراض للاستقلال (أريكسون ١٩٦٣ ، ص ١٥٥) .

إن الأطفال الذين يتم تشجيعهم للقيام بأنشطتهم ، يكون لديهم تعزيز تجاه الشعور بالمبادأة ، فالمبادأة من أسهل ما يمكن عندما يعترف الوالدان بفضول الأطفال وعدم السخرية أو إعاقة النشاط التخيلي لدى الأطفال .

ويشير أريكسون إلى أن الأطفال في تلك المرحلة تتكون لديهم أهداف موجهة

ومنظمة .. فهم يميزون الأشخاص ويستطيعون الفهم والإعجاب أو عدم الإعجاب بمن حولهم .. فإن تعليمهم يتقدم بسرعة ؛ حيث يبدأون في عمل الخطط والتخطيط للمشاريع.

وفى هذه المرحلة الثالثة ، تتميز قدراتهم الحسية والحركية والعقلية والوجدانية واللغوية ، فهو يستطيع أن يجرى ، وأن يركب دراجة ، وأن يبادر بأنشطة حركية يقوم بها من تلقاء نفسه ، محاولاً السيطرة على البيئة المحيطة ، مخترقاً حجب المجهول ، منقبا ومتفرداً في تصرفاته ، لا يكتفى بتقليد الآخرين ، بل يقوم بكل ما من شأنه أن يقوى سيطرته على ما يحيط به ، وفي هذه المرحلة تتمايز قدراته اللغوية والتصويرية في هيئة حوارات وتصورات يتخذ فيها فعل المبادأة بكل تلقائية الحركة ، وينمو لديه الضمير الخلقي ويستطيع إلى حد كبير أن يميز بين الصواب والخطأ ، وبين ما هو خير وما هو شر ونحو ذلك .

ويؤكد أريكسون في هذه المرحلة ، شأن غيرها من المراحل ، دينامية الحركة بين الطفل وبين المحيط الأسرى الذي ينشأ فيه ، ويرى أن الطفل في هذه المرحلة يتذبذب بين طرفين : المبادأة في طرف والشعور بالذنب في الطرف الآخر .

وعلى المستوى النفسى يرجع الشعور بالذنب لدى الأطفال بالدرجة الأولى إلى الوالدين ، الذين لم يسمحوا للطفل بفرصة اكتمال مطالبه . وأيضاً يرجع إلى الإفراط في استخدام العقاب punishment لحث الطفل على القيام بأفعال معينة يرضى عنها الآباء ، ويكون محبوباً للجنس المقابل من الوالد حيث يشارك أريكسون فرويد في وجهة نظره حول الطبيعة الجنسية المتضمنة في أزمة النمو وتعريف الدور الجنسي وعقدة أوديب Oedipus وعقدة إلكترا Electra ...

لكن وجهة نظره الخاصة تتحدد في نطاق أكثر اجتماعية ، على أى حال فالطفل الذي تأثر بخبرات الشعور الذنب تكون لديه مشاعر انسحابية وعدم الثقة بالنفس ، ويكون غير مؤثر في الجماعة ويعتمد بكثرة على الكبار وينقصه المدح والتشجيع .

وقد افترض أريكسون أيضاً أن الشعور الدائم بالذنب من الممكن أن يتطور إلى نوع من أنواع الأمراض النفسية لدى الكبار يتمثل فى «القصور الذاتى أو السلبية العامة – أو العجز الجنسى – البرود الجنسى – والتجسيد السيكوباتى، (*) ، وأخيرا إن درجة الإقدام المكتسبة فى تلك المرحلة من حياة الطفل يرجعها أريكسون على النظام

^(*) Sexual impotence, frigidity and psychopathology acting out.

الاقتصادى للجماعة . ويؤكد بأن إمكانية الطفل للعمل فى المستقبل ؛ ليكون أكثر إنتاجية وكفاية للذات ضمن سياق نظام المجتمع الاقتصادى يعتمد بالدرجة الأولى على القدرة على إدارة تلك الأزمة النفسية .

وكيما تتغلب روح المبادأة على الشعور بالذنب يجب على الوالدين أن يستجيبا لحركة الحياة للطفل بتشجيعه على الأنشطة التي تنمى فيه المبادأة كالجرى وركوب الدرجات وممارسة الرياضة واقتحام المجهول وركوب الخطر ، ومن ثم لا يسخران من نشاطاته ولا يصدانه عن التساؤل حتى لا ينميان لديه الشعور المستمر بالذنب ، وأنه غير مستطيع بنفسه بل بمساعدة الآخرين ، محاصراً في تصرفاته بترسانة من الأوامر والنواحي ، أن افعل ولا تفعل .. كل ذلك من شأنه أن يسلبه روح المبادأة الجسورة ، وينمى في أعماقه الشعور بالذنب والخوف والشك في قدراته وفي إمكاناته ودوافعه، وتساؤلاته وما إلى ذلك .

4- سن المدرسة : School age

المثابرة مقابل الإحساس بالدونية : Industry versus inferiority

تقع هذه المرحلة من السادسة حستى البلوغ (٦- ١٢) ، وتأتى هذه المرحلة متممة للمرحلة السابقة ، وتسمى بالتعبير الفرويدى بمرحلة الكمون Latency ، وهنا ولأول مرة ، يتوقع من الطفل أن يتعلم المهارات الأولية للثقافة القومية من خلال التعليم الأساسى .

وفى هذه المرحلة تبدأ مظاهر «الأوديبية» التى تحدث عنها فرويد فى الانسحاب تدريجيا ، فحب الطفل للوالد من الجنس نفسه ، ورفض الطفل الوالد من الجنس نفسه ، ينتهى تدريجيا ، وتظهر الرغبة الداخلية فى التعلم والإنتاج . وفى هذه المرحلة تتفتح قدرات الطفل العقلية والتصورية ويستطيع استنتاج النتائج من المقدمات، ويستطيع أن يمارس مناشط اللعب والتعلم وفقاً لقواعد اللعب والعمل والتعلم .

ويؤكد أريكسون دينامية التفاعل النفسى والاجتماعى والثقافى الذى تتسم به هذه المرحلة فوق متصل في إحدى طرفيه ، يكون الاجتهاد والمثابرة وفي الطرف الآخر يكون الشعور بالنقص أو الدونية .

والعمل المعيز في هذه المرحلة هو الاهتمام بالكيف على حساب الكم ؛ فالطفل يهتم بالكيفية التي تصنع بها الأشياء ، وجوهر حركتها ، والوظيفة التي تؤديها . ومن ثم كان الإجتهاد والمثابرة وإطلاق العنان للتصورات العقلية سمة مميزة لهذه المرحلة . ويدعونا أريكسون إلى تشجيع الأطفال على الجهد والمثابرة في صنع أدوات الواقع الذي يعيشه بطريقة عملية (كنماذج الطائرات وبناء المنازل أو الطهو أو التطريز ونحو ذلك) .

وإذ نحن شجعنا الطفل على ذلك نمت قدراته واحب العمل كقيمة وتفتحت قدراته ، وتعلم كيف يكون الجهد ويكون الإصرار لبلوغ الهدف وتعلم الكيفية ، أما إذا سخرنا من قدراته ، وصورنا له كل ما يفعله على أنه عبث في عبث ، وأنه لا يتمتع بأى قدرة وليس وراء ما يفعله فائدة أو قيمة انتابه شعور عميق بالخزى من قدراته ، والإحساس بالدونية والعجز واللامبالاة وما إلى ذلك من أعراض نفسية ، تستمر معه إلى المراهقة وما بعدها من سنوات العمر .

وتلعب المدرسة فى هذه المرحلة دوراً كبيراً فى تشكيل وصياغة مكونات الطفل النفسية بوصفها عالماً أكبر من أسرته ، غنى وثرى بدينامياته الاجتماعية والنفسية ومن ثم قد تؤكد فى داخله خصائص المثابرة والعمل أو تسلبه ذلك ، وتتيح لمشاعر الدونية كى تستولى على الشخصية ومعها العجز والإحساس بأن الحياة لا تؤخذ بالمبادأة ، والملل من كل شىء ، وفقدان الثقة فى النفس وفى الآخرين .

ومن دراساته للثقافات البدائية ، لاحظ أريكسون أن تعليم الأطفال كان أقل تعقيداً وأشد ارتباطاً بالمجتمع ، ويتسم بالبرجماتية ، فوجود سهولة فى التعامل مع أدوات مثل الأسلحة وغيرها من الأشياء ؛ ترتبط ارتباطاً مباشراً بدور مستقبل الطفل كراشد ؛ وحيث توجد لغة مكتوبة ، بتعليم الطفل فى البداية مبادئ القراءة والكتابة ، التى تمكنه من إتقان المهارات المعقدة المطلوبة فى مختلف الأنشطة والوظائف فى الوقت المناسب .

وفى الواقع .. فإن نوع التعليم الذى يقدم للأطفال يتغير بتغير الثقافة ، ولهذا يصبح الأطفال أشد حساسية تجاه والقيم والمبادئ والتكنولوجيا Technological يصبح الأطفال أشد حساسية تجاه والقيم والمبادئ والتكنولوجيا ethos وأكثر اعتزازا بهويتهم الثقافية .

ويضيف أريكسون أن الشعور بالمثابرة لدى الطفل ينمو عندما يبدأ فى فهم الثقافة التكنولوجية عند دخوله المدرسة ، فإن مصطلح ،المثابرة، أو ،الاجتهاد، يستحوذ على موضوع النمو الرئيسى لتلك المرحلة ؛ لأن الأطفال ينشغلون بكيفية صناعة الأشياء وكيفية إدارتها .. مثل هذا الاهتمام يتم تعزيزه من قبل المحيطين وفى المدارس يقدمون ،العناصر التكنولوجية، للعالم الاجتماعى من خلال التدريس والعمل معهم ، ومن ثم تبدأ هوية الأنا فى التكوين لدى الأطفال وتترجمها هذه العبارة : أنا ما أتعلمه I am what learn

إن خطورة تلك المرحلة تكمن فى تطور الشعور بالنقص أو العجز ؛ فعلى سبيل المثال : إذا شك الطفل فى مهارته وسط أقرانه فريما هذا يعيقه عن متابعة التعلم وفالا تجاه نحو المدرسين والتعليم يتم الاهتمام به خلال تلك الفترة، ومن الممكن أيضاً أن ينمو الشعور بالعجز إذا اكتشف الطفل أن جنسه ونوعه ودينه وحالته الاجتماعية الاقتصادية هى التى تحدد اعتباره كفرد وليس مهاراته ودافعيته ، فتكون النتيجة أن يفقد الطفل الثقة فى قدرته على العمل بشكل فعال وفى العالم المحيط به ، فمشاعر الطفل نحو الكفاية والمثابرة فى المجتمع تتأثر بشكل كبير بتحصيله الدراسى . ويدرك أريكسون أن هذا التعريف المحدود للنجاح له تأثير سلبى ، ولكى يكون أكثر تحديداً يوضيف بأنه لو أن الطفل يقبل إنمام الدراسة أو عمل مقياس للحكم على قيمة الذات يضيف بأنه لو أن الطفل يقبل إنمام الدراسة أو عمل مقياس للحكم على قيمة الذات تدرج الدور .

إذا فالإحساس الحقيقى للمثابرة يتضمن أكثر من مجرد كون الفرد عاملاً جيداً. ويضيف أريكسون أن المثابرة تشتمل على مشاعر لعل من أهمها أن يكون الغرد أكثر الجتماعية مع المحيطين به ، واثق من مدى تأثيره الإيجابي في العالم الاجتماعي ، له مطالب فردية واجتماعية ذات هدف واضح .. ولهذا فإن القوة النفسية والاجتماعية للكفاية والإقدار تشكل أساس الاشتراك الفعال في النظام الاجتماعي والاقتصادي والسياسي .

۵- الرامقة : Adolescent

هوية الأنبا مقابسل تشتت البدور:

Ego identity versus role confusion

يعتبر أريكسون المراهقة «مرحلة أزمة الشخصية» ، قمة قصة الدراما النمائية في الوجود الإنساني ، قفيها تتقمم كل المراحل النمائية السابقة ، فهي مرحلة الوجود الحقيقي للشخصية ؛ حيث تتعمق التوحدات ويتشكل إلى حد كبير بناء الثقة ، والشعور بالاستقلال وبالمبادأة وأن الحياة تستمد مقوماتها من الاجتهاد والمثابرة ، في مقابل فقدان الثقة ، والشعور بالخزى والخجل ، والشعور بالذنب والإحساس بالدونية والعجز وما على ذلك من زملة أعراض مرضية ، تصاحب فقدان الثقة بالنفس وفي الآخرين والشعور بالخوف والقلق والعدوان .

والمراهقة ، ذروة الوجود الحقيقى للشخصية تقع ما بين (١٢ – ١٨ سنة) وهى مرحلة أزمة ،أزمة هوية، تمضى بالشخصية كمحصلة دينامية للصراعات التى عاشها المراهق وهو صغير إلى الشعور بالهوية أو إلى ،عدم تعيين الهوية، ،حيث الشعور بالاغتراب وذوبان المراهق فى الآخرين ، وعدم قدرته على اكتشاف موقع فى صعيم الواقع ، والعيش نهبا لمشاعر الأثم والقلق وفقدان الثقة وما إلى ذلك .

المراهقة هى نقطة الارتكاز للمرحلة الخامسة فى مخطط أريكسون فى دورة الحياة عند الفرد ، حيث يعتبرها على درجة كبيرة من الأهمية فى تطور النمو النفسى لدى الفرد فهو لم يعد طفلاً ولم يصبح راشداً وتقع تلك المرحلة ، ويواجه المراهق مطالب اجتماعية عديدة وتغيير فى الدور الأساسى لمواجهة تحديات سن الرشد .

فى الحقيقة أن اهتمام أريكسون بالمراهقة والمشكلات المرافقة لها قد وجهته لتقديم تحليلات أكثر توسعاً وعمقا لتلك المرحلة أكثر من أى مرحلة أخرى للنمو النفسى الاجتماعى ، فالبعد النفسى والاجتماعى الجديد يظهر أثناء المراهقة فى نمو هوية الأنا عند الطرف الإيجابى واختلاط الأدوار عند النهاية السلبى . فالمطالب تواجه المراهقين لتدعيم كل المعرفة التى اكتسبوها عن أنفسهم وعن الآخرين .

ويؤكد أريكسون (١٩٨٢) الطبيعة النفسية الاجتماعية لهوية الأنا بالتركيز على الصراع بين هوية الأنا في مقابل تشتت الأدوار واختلافها مع الأنا نفسها بمعنى أن الشخصية أو الهوية مقابل اختلاط الأدوار .

ويمكن تعريف هوية الأنا بأنها تكمن في نمو وتطور الشباب ، الذى يصاحبه ثورة فسيولوجية واهتمام بمحاولة تدعيم الأدوار الاجتماعية للمراهقين . وأحيانا يكونون فضولين على نحو مرض ، ومهتمين بما يظهرون به أمام عيون الآخرين . والسؤال كيف نربط الأدوار المثمرة الباكرة والمهارات المتميزة مع فكرة الأنموذج الأصلى لدفعة التطور في عالم اليوم .

التكامل يحيل الآن مكانة في تكوين هوية الأنا ، على نحو أفضل من كافة التوحدات identifications فثمة مكون ثابت ، يمثل مطلبًا لا مناص منه إذا ما أردنا أن يكون الشباب على نحو أفضل ؛ يتكون من تجارب المراحل الناجحة ، وتتكون التوحدات الناجحة من دوافع الفرد الأساسية ومواهبه المتميزة ، وفرصه المتاحة ، وعندئذ يصبح الإحساس بهوية الأنا ، نتاجاً لمشاعر ثقة قوية ، تمنح الفرد الإحساس بأنه في تفرد لا إشراك فيه ، وأنه هو من هو sameness في كل متصل يتصف بالاستمرارية continuity . (٢٦١ ، ص ٢٦١) .

وعلى نحو إجرائى يحدد لنا أريكسون هوية الأنا ،ذلك الإحساس بالهوية الذى يهيئ القدرة على تجربة ذات المرء كشىء له استمراريته وكونه هو الشىء نفسه ، ثم التصرف تبعاً لذلك، (ص ٣٨) .

وإحساس الفرد بتفرد هويته وبتواصله ، يجعله يشعر بأن الآخرين يتميزون بما يتميز به وأن كل فرد له تميزه ، وهذا ما يصفى على العلاقات الإنسانية معنى (ص ٢٦١) .

وتعريف أريكسون ينطوى على ثلاثة معان ::

الأول : أن الشباب الصغير لابد وأن يدركن القسهم باعتبارهم يمثلون هويات متميزة تتصف بتفرد لا إشراك فيه ؛ وتواصل لا انقطاع فيه ، فالمراهق لابد وأن يعى نفسه بأنه هو ؛ وبأنه كل متصل لا انفصام فيه -same لابد وأن يعى نفسه بأنه هو ؛ وبأنه كل متصل لا انفصام فيه -ness and continuity وأن يكون المراهق صورة عن نفسه ، لينصهر فيها الماضى مع التطلع صوب المستقبل .

ثانياً: أن يدرك الشباب الصغير أن الآخرين لهم هوياتهم وتفردهم ، وهذا يعنى أن المراهقين يحتاجون إلى مشاعر ثقة بالنفس ، تقوى دعائم الوحدة الداخلية .

ثالثاً: وإذا لم يحقق المراهق ذلك الإحساس بالهوية الذى يعتمد على دعائم الثقة بالنفس، فإنه يعيش نهباً لمشاعر القلق وعدم تعيين الهوية والإحساس باللامبالاة apathy والاغتراب alienation ، الأمر الذى يفجر مشاعر الأنانية على نحو كبير، ويفضى إلى بزوغ مرحلة أزمة الهوية identity crisis.

ويصاحب نضج المراهق انفعاليا واجتماعيا تغيراً في نظرته إلى العالم الذي يعيش فيه ، وتقييما له ؛ وفقا لعلاقاته به ، فيتصور أسراً مثالية ، وعقائد ومجتمعات وفلسفات أفضل من مجتمعه ، ويبدأ مرحلة الصدام مع عالم الكبار ، ويتحول عنده الارتباط الأسرى من علاقاته بوالديه وأخوته إلى رغبة في مصاحبة رفيق من الجنس نفسه أو من الجنس الآخر ، ويبدأ في قبول ما يتفق مع عقله ويرفض ما لا يتفق معه.

ويفسر أريكسون (١٩٦٨) ذلك بقوله في هذه المرحلة الصبح عقل المراهق عقلاً أيدلوجيا idealogical mind ، يتشكل من توحدات مستلهمة من مثاليات، (ص ٢٩٠).

ويعرف أريكسون (١٩٥٨) الأيدلوجيا Ideology بأنها مجموعة من القيم اللاشعورية ، المسلمات assumptions التي تعكس التوجه الديني والأفكار السياسية والعلمية لثقافة الفرد ، والهدف من الأيدلوجيا هو خلق صورة للعالم مقنعة على نحو كاف لتدعيم الإحساس الفردي والجماعي بالهوية، . (ص ٢٢) .

ونتيجة لهذا البناء الأيدلوجى ، بما ينطوى عليه من قبول ورفض وصراع ، وتبدأ تساؤلات المراهق : من أكون ؟ who am I ، وإلى أين أمضى وماذا عساى أن أكون ؟

والأسئلة في حد ذاتها تنطوى عن بحث عن كينونة ، عن موقع فريد في صميم العالم عن هوية وتتمايز عن هويات الآخرين في استمرارية وتواصل . وعندما يفشل في تحديد معنى لهويته من خلال ثقافته السائدة ، يحيا نهباً لمشاعر الإثم والقلق والافتقار إلى الإيمان ، متحدياً آليات الثقافة القائمة ، بالتمرد والصخب والعريدة والثورة على ما هو قائم ، و من هنا تنشأ وأزمة الهوية، وما يصاحبها من عوارض مرضية نفسية واجتماعية وثقافية .

ويؤكد أريكسون أن المراهقة الناجحة تستمد مقوماتها من طغولة باكرة تتيح لهوية الأنا النمو والاستمرارية .

ويؤكد أريكسون أن المراهق يعيش ما يمكن تسميته بالتوحدات الزائدة أو المفرطة ، حيث يتوحد مع الأطفال المشهورين كنجوم السينما واللاعبين الرياضيين وموسيقى الروك ، وقد يتم التوحد مع جماعات مضادة للثقافة السائدة (مثل القادة الشوريين ، والمحتالين skinheads ، والمنحرفين) ، وهذا دليل على إعاقة نمو الأنا ومن ثم تقييد بزوغ الهوية .

والبحث عن هوية قد يكون صعبًا لدى بعض الجماعات دون البعض الآخر ، فعلى سبيل المثال لا تستطيع المرأة أن تبلغ إلى الإحساس المتين بالهوية في مجتمع ينظر إليها على أنها أدنى من الرجل ، وتحتل المرتبة الثانية في تصنيفه للناس .

ويطلق أريكسون على الفشل في تنمية الهوية الشخصية مصطلح ،أزمة الهوية ، وأرّمة الهوية ، أو تشتت الدور الذي ينبغي تحديده والقيام به ، غالباً ما يحدد خصائص الذين يتصفون بعدم القدرة على اختيار التخصيص العلمي الذي يريده ، أو الهدف الذي يكمن وراء العلم ، ويحيا نهباً لصراعاته الداخلية ، وعلى نحو عبثي -fu الهدف الذي يكمن وراء العلم ، ويحيا نهباً لصراعاته الداخلية ، وعلى نحو عبثي -tility محيث عدم القدرة على التنظيم الشخصي وغيبة الهدف من الحياة ، ومن ثم يشعرون بعدم الكفاية أو أنه غير كفء ، والاغتراب واختلال الآنية -Dopersonaliz يدفعه إلى البحث عن «هوية سلبية» بتوحدات مضادة لقيم الآباء والرفقاء ، والوقوع في براثن الانحراف والسلبية واللامبالاة .

ويؤكد أريكسون أن الحياة متواصلة التغير ، وأن حل أى مشكلة نمائية فى مرحلة عمرية معينة ، ليس ضماناً guarantee ضد ظهورها مرة أخرى فى مرحلة عمرية لاحقة ، أو ضد محاولة اكتشاف حلول جديدة لهذه المشكلات ، ويختتم تأكيداته بأن ، هوية الأنا، كفاح متواصل مدى الحياة .

العزلة - الألفة مقابل العزلة - الألفة مقابل العزلة - الألفة Adulthood: Intimacy Versus Isolation

هى المرحلة السادسة لدورة الحياة وفقا لتصورات أريكسون ، وتتسم بتفاعلاتها النفس اجتماعية منبئة بمرحلة بداية الرشد ، الذى يبدأ من المراهقة المتأخرة إلى بداية الرشد (٢٠ – ٥٠ سنة) .

وفى هذه المرحلة يتصنع عمق التفاعلات النفس اجتماعية ، وقيم الالتزام والحس الخلقى وقوة وحميمية العلاقات الإنسانية ؛ فالشباب في هذه المرحلة يكون مدفوعاً نحو إثراء إمكاناته ومواهبه .

قبل هذه المرحلة يكون البحث عن هوية الأنا هو الدافع الأساس للسلوك الجنسى، أما في هذه المرحلة ، فثمة بعد جديد ، يكمن في التفاعلات البين شخصية ، وهذه التفاعلات من شأنها أن تفضى إلى الألفة ، في جانبها الإيجابي أو إلى العزلة باعتبارها تمثل الطرف النقيض من العلاقات الإنسانية الحميمة .

وينظر أريكسون إلى مصطلح intimacy باعتباره مفهوما متعدد الأبعاد -multi وينظر أريكسون إلى مصطلح intimacy باعتباره مفهوما متعدد الأبعاد -dimentional مختلف من حيث زاوية الرؤية إليه ، فهو يفيد إقامة علاقة إنسانية بوجود ،قرين، يمثل الأخ أو الأخت أو الوالدين ، الأقارب ، الأصدقاء ، ويفيد أيضاً التعبير عن القدرة في دمج الهوية الذاتية fuse للفرد في آخر ، دون خوف من الإحساس بفقدان الهوية الذاتية (Evans, p. 48, 1967) .

ويعتبر أريكسون هذا الانصهار بين الأنا والآخر هو الأساس الجوهرى لإقامة علاقة زوجية خصبة وممتلئة معنى .

والإحساس بالألفة (الارتباط الحميم) لا يمكن أن يتحقق إلا من خلال إحساس بالهوية ؛ متوازنا ومستقراً ، يقيم دعائمه على الثقة في النفس وفي الآخرين ، ومن ثم الإحساس بالشك والخوف والانعزال .

والألفة لا يمكن أن تتحقق إلا من خلل أرضية مشتركة من المشاعر القوية والفهم المتبادل لطبيعة كل من الطرفين والإحساس المتين بالثقة واليقين في الآخر.

ومن جماع ما سبق نتبين أن الألفة تتجاوز حدود مطلب الإحساس الجنسى فحسب إلى تعميق مشاعر التراحم empathy والانفتاح والإحساس بالمسئولية والالتزام تجاه الآخر.

والخطر الرئيسى فى هذه المرحلة يكمن فى الالتصاق بالذات -self - absorp أو تجنب العلاقات البين شخصية ، ومن ثم فإن العجز فى إقامة علاقات وارتباطات حميمة بين الناس ؛ يفضى إلى الشعور بالعزلة والفراغ الاجتماعى والوحدة النفسية loneliness .

وعلى هذا ، فإن الفرد إذا ما النصق بنفسه مستغرقا فيها ، فإن الألفة تصبح أمرآ مستحيلاً ، ومن ثم تظهر أنماط الشخصية المضادة للمجتمع antisocial والشخصيات السيكوباتية psychopathic .

ولعل الحل السوى لأزمة الألفة في مقابل العزلة يكمن في القوة النفسية

والاجتماعية للحب الذي ينصهر فيه ما هو عاطفي مع ما هو شبقي erotic .

والحب عند أريكسون التزام ومسئولية وإنكار للذات ووسطية في الفكر والسلوك . ولا يتحقق ذلك إلا في إطار من التزام خلقي ethic ، يعبر عن ثقافة المجتمع ويضفى على العلاقات الإنسانية معنى والتزاما وقيمة .

ومما سبق يمكن القول بأن الألفة تستند إلى الشعور بالهوية ، وبأن الفرد قادر على تحقيق التواصل بينه وبين نفسه ، وبينه وبين الآخرين ، وأن يكون قادراً على إقامة علاقة حب إنسانية مع الجنس الآخر ، يتعمق فيها الوجدان بالجنس بمعناه السوى ، وللألفة عند أريكسون معنى واسع ، يحتوى كافة مظاهر تواصل الفرد مع نفسه ومع الآخرين ، فليس بالجنس وحده تكون الألفة ، فهناك علاقات التواصل مع الأصدقاء ، والشعور بالالتزام تجاه الآخرين ، فالجنود الذين يقفون في خندق واحد تتواصل بينهم مشاعر الألفة الحميمة ، وتقوى التفاعلات الاجتماعية من أواصر الألفة .

وعلى الطرف الآخر تكون العزلة ، فالفرد إذا ما فقد الثقة بنفسه ، فإن الألفة مع الآخرين تصبح مستحيلة ، وتظهر عليه أعراض الشعور بالشك والخزى ، والشعور العميق بالدونية وعدم القدرة على المبادأة والخوف من فقدان الهوية ، ومن ثم العيش نهباً لمشاعر العزلة الاجتماعية والنفسية .

٧ – الرشد الأوسط : الإنتاجية في مقابل الركود Middle Adulthood : Generativity versus stagnation

هى المرحلة السابعة فى تصنيف أريكسون النمائى ، وهى مرحلة تماثل منتصف العمر (٢٦ – ٦٤) ، وتمتد المشكلة المحورية فوق متصل فى إحدى طرفيه والإنتاجية حيث العطاء من أجل رفاهية وازدهار الأجيال القادمة كيما تحيا وتجد فرصًا خلاقة للعمل ، وعلى الجانب الآخريكون الركود ، والاستغراق فى الذات ، والتمركز حول الحاجات الشخصية ، والأهداف الشخصية ، والغايات الشخصية غير مكترث بالآخرين على أى نحو من الأنحاء .

فى الطرف الموجب من المتصل يكون هؤلاء الذين يسعون إلى ترسيخ الثقافة القومية والمحافظة عليها ، وعلى الجانب الآخر يكون هؤلاء الذين يرفضون ثقافتهم القومية ، ولا يدافعون عنها ، بل هم على الضد من ذلك .

ويطلق أريكسون على هذه المرحلة اسم وأزمة منتصف العمر -crisis of mid ويطلق أريكسون على هذه المرحلة اسم وأن الحياة عبثية وقد فقدت معناها .

وتستند شأنها شأن المرحلة السابقة على مراحل النمو السابقة ، وتمتد فوق متصل في طرف منه الإنتاجية حيث الرغبة في العطاء ، والاهتمام بما هو قادم والاهتمام بمصلحة الأجيال القادمة ، والشعور بأن الحياة تتقدم وتزدهر بجهود أبنائها ، وفي الطرف الآخر من المتصل يكون استغراق الذات والاهتمام بالمصلحة الشخصية غير مبالين بما يصيب المجتمع والآخرين من أضرار . وهذه المرحلة باختصار تعنى إما أن تكون موضوعاتي منفتحاً على الآخرين أو مستغرقا داخل نفسك ، متشرنقا في داخلها ، ذاتي المطلب والنزوع ، وفي هذا ارتداد إلى المرحلة الطفلية على المستوى الفردي ومستوى المجتمع أيضا .

٨ - الرشد المتأخر: تكامل الأنا مقابل اليأس

Late Adulthood: Ego Integrity Versus Despair

وتحتل هذه المرحلة ما يمكن أن يسمى بخريف العمر ، وتأتى متممة لما سبقها من مراحل ، ومن ثم فآثار المراحل النمائية السابقة التى تمثل منظومة الحياة بدينامية صراعاتها النفسية والاجتماعية تتجلى فى هذه المرحلة كمرحلة متممة ، تحقق للفرد الشعور بالرضا عن نفسه وتقبله لماضى حياته أو الشعور باليأس والقنوط ؛ لأنه لم يستطع أن يستفد من حياته على نحو فعال وإيجابى .

يقدم أريكسون تصوراً كاملاً عن الارتقاء النمائى للإنسان منذ أن يكون فى المهد صبياً إلى أن يبلغ أرذل العمر ، ويحتوى هذا التصور النمائى على ثمان مراحل نمائية ، لكل مرحلة إيجابياتها وأزماتها ، وتتواصل هذه المراحل بغير انقطاع مكنة صيرورة نمائية هى الإنسان ، ذلك الكل الدينامى ، الذى يعتبر محصلة للتفاعل بين ما هونفسى وما هو اجتماعى وما هو عضوى .

ويبلغ هذا الصراع ذروته في «مرحلة المراهقة، تلك التي يسمها أريكسون «مرحلة الهوية» أو مرحلة «أزمة الشخصية» ، ويتركز الصراع في هذه المرحلة بين الشعور بالهوية ومن ثم المضى في الحياة على نحو إيجابي سوى ، أو «عدم تعين الهوية» ومن ثم العيش نهباً لمشاعر فقدان الثقة والشعور بالشك والخزى والإحساس بالدونية والعجز واللامبالاة ، والشعور بأن الحياة لا تؤخذ بالمبادأة ، ونحو ذلك من زملة أعراض نفسية تصاحب الشعور بعدم تعين الهوية .

وثمة ومضات تفاؤل بصحة نفسية أفضل للإنسان ، تترجمه نظرية أريكسون في النمو الإنساني ، تتركز في أن أزمات الطفولة يمكن حلها وتجاوزها وتخطيها إذا ما توافرت التفاعلات النفسية والاجتماعية التي تتيح للفرد أن يتخطى حدود الأزمة . ولذا يتعين على الآباء والمربين أن يساعدوا الطفل على تجاوز أزمات النمو ، إذا ما أريد لهذا الطفل أن يكون مراهقا سويا ممتلئا شعوراً بالهوية والثقة بالنفس .

ويعطى أريكسون للمرحلة الأولى أهمية كبرى ، فالثقة بالنفس الأساس الذى يقوم عليه نمو الإنسان كله، وهو قاعدة لكل مراحل النمو ، ومن ثم يتعين حل أزمات الطفولة قبل بلوغ مرحلة المراهقة من حيث هى مرحلة للهوية وللوجود الإنسانى معاً.

وقد شغلت المرحلة الأولى من عمر الطفل كثير من العلماء ، يبرز من بينهم الدكتور عبد العزيز القوصى (١) ، الذى يرى أن عالم الأطفال عالم دقيق الحس سريع التأثر ، شديد الانفعال ، قليل الإدراك ، نادر الخبرة ضئيل الحيلة .

ويؤكد بناء الثقة بالنفس لدى الطفل بوصفها الركيزة الأولى فى بناء شخصيته فى جميع أطوار الحياة . والثقة بالنفس عنده مرادفة للشعور بالأمن ، والشعور بالأمن – عند القوصى – قاعدة الحاجات الإنسانية جميعاً ، وفقدان الأمن يترتب عليه القلق والخوف وعدم الاستقرار ، وقد يترتب عليه تكوين الكراهية لمصدر الفقدان وتوجيه نزعات العدوان إليه ، ذلك أن الخوف هو ينبوع العدوان .

⁽۱) الدكتور عبد العزيز القرصى علم من أعلام علم النفس والتربية في عالمنا المعاصر ، تكشفت عبقريته العلمية منذ الثلاثينيات بحصوله على درجة الدكتوراه من جامعة لندن عام ١٩٣٤ حين وصل إلى كشف العامل المكانى ، وهذا كان كشفا علميا أساسياً أكد – ولا زال يؤكد – أصالة المصرى الفذة ، وقد توجت الدولة جهوده العلمية بمنحه جائزة الدولة التقديرية في العلوم الاجتماعية عام ١٩٨٠ ،

طاف الدكتور القوصى بجامعات مصر جميعًا معلمًا وأستاذًا ومشرفًا ، وألقى محاضرات فى التربية وعلم النفس فى جامعات لندن وأدنبره والسويد والنرويج وهولندا وواشنطن وميتشجان ، وجينزفيل فلوريدا ، بيركلى مونتفيدوا بالارواجواى ونيودلهى ويانجوك ... أسهم فى تحرير عدد من المجلات العلمية التى صدرت فى لندن وأمريكا وألمانيا ، ونشر مئات المقالات والبحوث فى مجالات عربية وأجنبية ، وألف تسعة عشر كتابا فى علم النفس ، وترجم أحد عشر كتابا فى المجال نفسه ، واشترك فى ترجمة عديد من الكتب ، وأدلى هو ومن حوله بالآلف الأحاديث الإذاعية ما بين عام ١٩٥٤ – ١٩٦٠ ، وأشرف وراجع وقدم لسلسلة دراسات سيكولوجية واشترك فى مئات البحوث الميدانية كمعلم ومعالج تفسى ، ومستشار لوزارة التربية والتعليم وخبير فى هيئة اليونسكر ، وأنشأ أول عيادة نفسية فى العالم العربى عام ١٩٣٤

ويترتب على الشعور بالأمن النزوع للمخاطرة ، ونجاح هذا يكسب الشخص ثقة في نفسه ؛ مما يزيد من ميله إلى المخاطرة وتأكيد ذاته .

فالحاجات الأساسية اثنتان: وهما الحاجة إلى الأمن والحاجة إلى المخاطرة وهاتان النزعتان ظاهرتان في المجتمع ، فالمجتمع يبدو وكأن فيه قوة للمحافظة ، أو صون التقاليد ، وأخرى للتجديد والابتكار والإبداع والمخاطرة ، وهاتان القوتان تتنازعان المجتمعات والأفراد ، فبحث الطفل عن الطعام والتصاقه بوالديه وهريه من الخطر ، واجتماعه بزملائه ، إنما هو اتجاه نحو الأمن ، أما اتجاه الطفل إلى المقاتلة وحل الأشياء وتركيبها ، والتجول فإنه اتجاه نحو المخاطرة . ويرى بعض الباحثين أنه يمكن الاستغناء عن التفسير المبنى على الحاجة إلى المخاطرة واعتبارها نتيجة للشعور بالأمن ، فالميل للمخاطرة يزداد ويبرز إذا ازداد توافر الشعور بالأمن ، فالطفل الذي يهاجم غيره إنما يفعل ذلك لثقته من قوته ، ولا يجرؤ على الاتصال الاجتماعي الناجح ، إلا إذا كان مطمئناً إلى مقدرته على ذلك اطمئنانا مشتقا من فكرته عن نفسه في المواقف الاجتماعية المختلفة .

ولكن كيف يتم بناء الثقة لدى الطفل وهو ما يزال صغيراً ؟ إن أول ما نلاحظه أن الطفل الصغير العادى يعيش فى جو كله أمن واطمئنان ، فحاجات الطفل كلها مشبعة ورغباته مجابة . فإذا صرخ فإن الأم تهرع إليه لترضعه أو لتغير له ملابسه أو لتدفئته من حالة البرودة إلى غير ذلك مما يحتاج إليه.

ولكن يلاحظ أن الطفل قرب السنة الثانية يتعلم المشى والكلام ويزداد نشاطه وتكثر حركته ، ويكون مملوءاً ثقة بنفسه ، وتزداد رغبته فى اللعب والصياح والحركة ، ويتضاعف شوقه للمس الأشياء وفحصها ، خصوصا إن كانت مما يملكه الكبار ويقدرونه – تجد معارضة ومقاومة – فكلما لمس شيئا منعه الكبار ، وكلما صاح ضربوه ، وكلما فعل ما لا يروقهم زجروه ، والمنع والزجر والضرب كلها أمور جديدة بالنسبة للطفل فى هذه السن ، فلم يكن يألف منها شيئاً من قبل ، ولم يكن يعرف غير السعادة والرضا والطمأنينة ، أما الآن فهذا كله يقل أو ينعدم ويحل محله اضطراب نفسى ، وقلق داخلى وشعور بفقد السند ، وفقد ما كان عنده من قوة يسخر بها من حوله لقضاء مصالحه وإجابة مطالبه .

فكأن هذا الانتقال المفاجئ في المعاملة - وهو يحدث حوالي السنة الثانية من حياة الطفل ، ويحدث دون قصد سيء من الوالدين ، بل قد يحدث وفيه قصد التوجيه والتأديب والتربية - هو الذي ينقل الطفل من الامتلاء بالثقة إلى فقدها ، ومن الإيمان

بالقوة الشخصية إلى التشكك في وجودها ، فيجب أن تكون القاعدة الأساسية أن الانتقال في المعاملة من السنتين الأوليين إلى ما بعدها – بنوع خاص – يجب أن يكون انتقالا تدريجيا ، وأن يعطى الطفل الفرص الكافية لتصريف ما عنده من النشاط في جو تتوافر فيه العوامل المجققة لحاجات الطفل النفسية من تقدير وعطف ونجاح وحرية وشعور بالأمن والاستقرار .

ولعل من أكبر أخطاء الآباء - حسبما يوضح القوصى - أنهم لا يتركون الأطفال يفكرون لأنفسهم أو يعملون لأنفسهم ، فبعض الآباء يتدخلون فى تفكير الطفل وحديثه وعمله بمناسبة وبغير مناسبة ، وهذا ما يقتل روح المبادأة والثقة بالنفس عند الطفل ، ومن ثم فإن الواجب أن نترك الطفل يكتسب كثيراً من خبراته بنفسه ، ومعروف أن الطفل تشتاق نفسه للعب أو استعمال بعض الأدوات مثل المقص أو الشاكوش ولكن منع الآباء للصغير من إجراء تجاربه ، وكسب خبراته بنفسه ، خوفا عليه من أن يجرح نفسه ، يسلب الطفل ثقته بنفسه . وحتى إذا جرح الطفل نفسه ، فهذا يكون مدعاة لتعليمه الطرق الصحيحة لاستعمال هذه الأدوات . وجرح صغير فى فهذا يكون مدعاة لتعليمه الطرق الصحيحة لاستعمال هذه الأدوات . وجرح صغير فى بنفسه ، ويضعف أهم ركن من أركان شخصيته .

ومن مظاهر ضعف الثقة بالنفس: الشعور بالقلق وتوقع الشر، وعدم الاهتمام بالعمل والخوف منه ، واتهام الظروف عن الإخفاق فيه ، وكأنه مستهدف من الأقدار، وأحيانا يكون من مظاهره التشدد ، الرغبة في الإتقان للوصول إلى درجة من الكمال ، والوقوع في أسر أحلام اليقظة ، وسوء السلوك والإحساس بالدونية والعجز ، وأن الحياة لا تؤخذ بالمبادأة ، وتقرير المصير والاختيار السليم، وقد تظهر أمراض ضعف الثقة في زملة أعراض مرضية يتمثل بعضها في التهتهة ، والتبول اللاإرادي ، وبعض حالات الشلل .. باختصار فإن الشعور بفقدان الثقة يمثل متغيراً أولياً في زملة الأعراض المرضية الخاصة باغتراب الفرد عن نفسه عن ثرائه الداخلي في وحدة نفسية موحشة ، أو وحدة اجتماعية انسحابية ، وكلاهما يؤدي إلى الأعراض السالفة الذكر .

Abraham Maslow إبراهام ماسكو المنظور الإنساني في نظرية الشخصية Humanistic Perspective in Personality Theory

غالبا ما يتم تصنيف الأوجه النظرية عن الشخصية في ثلاثة تصنيفات رئيسية:

الأول : يتمثل في التحليل النفسى الذي يقدم صورة عن الإنسان ككائن ، ينطوى على صراع نفسى داخلي Intrasychic .

وهذا المفهوم عن الإنسانية ، انبثق من دراسات فرويد للأشخاص المضطربين نفسيا ، مؤكدا اللاوعى والقوى اللاعقلانية كعوامل متحكمة في السلوك الإنساني.

الثانى : هو السلوكية Behaviorism التى تصور الإنسان على أنه نبت طبيعى للبيئة التى نشأ فيها ،وأنه ضحية سلبية للقوى العاملة فى البيئة ، وأن التعلم والتجربة مفهومان محوريان فى هذه المدرسة ، وأن الشخصية نتاج ما تعلمه الفرد وما اكتسبه فى سياق الخبرة والتطبيع الاجتماعى.

الشالث: وهو علم النفس الإنسانى ، الذى يؤكد رواده أن الإنسان ثرى الإمكانات ، يسعى إلى بلوغ الكفاية والكمال ، وأنه ينطوى على إمكانات إبداعية ، وأنه يمضى فى الحياة غير مأسور الزمام لقوى غير معقولة تكبل حركته ، وتحتم عليه أن يتصرف وفقا لصراعاتها وحاجاتها اللاشعورية ، وأنه كيان فى صيرورة نمائية ، لا تعرف التوقف إلا فى حالة وجود معوقات بيئية حادة توقف النمو المتواصل للفرد ؛ وأنه كائن حر ، بيد أن حريته محدودة بقيود اجتماعية وفيزيقية .

ولهذا فإن الحرية والمستقبل هما المفهومان المحوريان في التيار الإنساني ، وإن كانا في الأصل يمثلان الجوهر والصميم للفاسفة الوجودية .

وعلى الرغم من كثير من علماء النفس الذين صاغوا نظريات كبرى في

الشخصية يشاركون فى التأكيدات الإنسانية نفسها (أمثال ايريك فروم ، جوردن البورت؛ كيلى ، كارل روجرز ، وغيرهم) ، فإن إبرهام ماسلو يعرف بوصفه المتحدث الأول عن التيار الإنسانى فى علم النفس بتأكيده نظرية تحقيق الذات فى الشخصية ، واستناده فى افتراضاته وتصوراته إلى دراسة الأصحاء والناضجين من الناس ؛ محدداً وعلى نحو واضح الافتراضات التى تميز هذا التيار .

يقول ماسلو في مفتتح كتابه (١٩٨٧) (ط٣) والدافعية والشخصية، -Motiva يقول ماسلو في مفتتح كتابه (١٩٨٧) (ط٣) والدافعية والشخصية، الاعتبار قضايا tion and personality يمكن فهم حياة الإنسان ، إلا إذا أخذنا بعين الاعتبار قضايا محورية في حياته : النمو ، تحقيق الذات والنضال من أجل الصحة ، البحث عن الهوية والاستقلال ، السعى من أجل التميز ، وما إلى ذلك من أشكال النضال من أجل العلو Upward ، هذه الافتراضات ينبغى قبولها بحسبانها تمثل مطلبا واسع الانتشار ، وربما يكون عالمى التوجه .

إبراهام ماسلو : سيرة حياة

ولد إبرهام ماسلو في بروكلين - نيويورك ١٩٠٨ لأبوين يهوديين غير متعلمين، هاجرا من روسيا واستقرا في أمريكا ، وماسلو هو الابن الأكبر لأخوته السبعة، ولهذا شجعه والداه على التعليم الأكاديمي ، إلا أنه وباعترافه فقد عاش معظم سنوات طفولته في وحدة ومعاناة .

ويعبر عن ذلك ماسلو بقوله: من العجب أنى لم أكن ذهانيا Psychotic ، فقد كنت طفلا يهوديا صغيرا بين جيران غير يهود ، فكنت أشبه بأول زنجى صغير فى مدرسة من البيض ، كنت منعزلاً وحزيناً ، ونشأت بين أحضان الكتب والمكتبات بغير أصدقاء، . (هول Hall ص ٣٧) .

ويقول بدأت فيما بعد أخبر الحياة العملية من خلال العمل في الأجازات الصيفية في شركة تصنيع البراميل التي تملكها الأسرة .

وتميزت علاقة ماسلو بأمه بالمرارة Bitterness والعداء ، وكيف كان يكن لها الكثير من الكراهية حتى يوم وفاتها . والسبب كما قال في سيرته الذاتية (هوفمان الكثير من الكراهية حتى يوم وفاتها . والسبب كما قال في سيرته الذاتية (هوفمان Hoffman) أنها كانت امرأة متديئة ، وكثيرا ما كانت تهدده بأن الله سيعاقبه على أعماله الصغيرة ونتيجة لذلك تعلم ماسلو ألا يثق في الدين .

القد رفض أن يحضر جنازة أمه ، وكان يصفها بأنها اروز ماسلو، القاسية والجاهلة والمعادية لأبنائها ، وأنها لم تمنح أبناءها الحب، .

وكثيرا ما كان يشير إلى أمه بهذه الصفات وهي ما تزل على قيد الحياة ، ولا يوجد بينهما ما يعبر عن الدفء والعاطفة في علاقتهما . (المرجع نفسه ص٧) .

أما والده فكان يصفه بأنه المجل يحب معاقرة الخمر (الويسكى) والنساء والعراك (Wilson, 1972, p. 131) وأكثر من ذلك ، فإن والده قد غرس فى نفسه – كما يقول ويلسون – الشعور بأنه كائن قبيح وغبى ، وفيما بعد عقد ماسلو مع والده سلاما ، وغالبا ما يتحدث عنه على نحو عاطفى يتسم بالود ، ومع هذا ، فهو لم ينس أبدا الطريقة التى عاملته بها وأمه، أثناء سنوات الطفولة والمراهقة .

بدأ ماسلو دراسته الجامعية بدراسة القانون في سعى لإرضاء والده ، ولكنه ترك الدراسة بعد أسبوعين ، فلم يكن يحب أن يكون محامياً على أية حال ، حصل ماسلو على . B. A ، والماجستير والدكتوراه في الأعوام ١٩٣٠ ، ١٩٣١ ، ١٩٣١ من جامعة ويسكنسون Wisconsin وعاد ماسلو إلى نيويورك ، ثم انتقل إلى بروكلين ومكث فيها ١٤ سنة ، وقد وصف نيويورك في هذه الفترة بأنها مركز علم النفس المعاصر ، حيث التقى فيها بصفوة علماء النفس الأوروبيين المناهضين لهتلر مثل إيريك فروم ، الفريد أدلر ، كارن هورنى ، روث بينديك Ruth Benedic وغيرهم .

ومات ماسلو ١٩٧٠ أثر إصابته بسكتة قلبية ، ولعل أهم مؤلفاته والتي منحته الشهرة الكبيرة كرائد لعلم النفس الإنساني ، تلك التي كتبها في العشر سنوات الأخيرة من حياته .

Toward a Psychology of Being (1968); Religions, Values, and Peah Experiences (1964); Eupsychian Management: A Journal (1965): The Psychology of Science: A Reconnaissance, (1966); Motivation and Personality (1987, 3rd edition): and The Farther Reaches of Human Nature (1971).

الأسس التصورية لعلم النفس الإنساني : `

يقدم هذا المنظور رؤية جديدة ومغايرة للإنسان ، من حيث هو سعى دائم ، وقيمة في ذاتها ، ونزوع متواصل صوب المستقبل ؛ وأن الإنسان كائن ثرى الإمكانات، يناضل من أجل بلوغ الكفاية والاكتمال والإبداع .

وقد سك مصطلح علم النفس الإنساني ، على يد مجموعة من العلماء البارزين، يقودهم ماسلو ، الذي أطلق على هذا التيار اسم ،القوة الثالثة، أو حركة الإمكانات

الكامنة للإنسان (Human Potenial Movement)

وقد تأثر أصحاب هذا التيار كما يقول (ديورنت ، ١٩٧٧ Durant) بالمفاهيم الأساسية للطبيعة الإنسانية ، التي لها جذور عميقة في تاريخ الفلسفة الغربية ، وعلى نحو خاص بالفسلفة الوجودية الأوروبية .

وقد جاءت كتابات علماء النفس الإنسانيين مواكبة لما ساد العالم من دمار نفسى ومعنوى وقيمى بعد وأثناء الحرب العالمية الأولى والثانية ، التى فجرهما الإنسان في أقل من ثلاثين عاما ، ونتيجة لهما ساد العالم حالة من القلق العام الذى تملك الإنسان، فلقد كان لهذين الحربين أثر بالغ في إشعار الإنسانية بالمعانى الكبرى التى تؤلف نسيج وجودها ، حيث القلق الوجودي والذنب الأنطولوجي والمدخل الفنومنولوجي في رؤية الوقائع والحرية ، التي هي جوهر وجود الإنسان والاختيار والمسئولية والالتزام وتجاوز الذات وتقبل العالم بما فيه من متناقضات ، والسعى إلى الخلاص وتأصيل الحرية والقيمة والمعنى .

وهى معان مستمدة من الفلسفة الوجودية ، ساهمت بقدر وافر فى تكوين الإطار التصورى للمدرسة الإنسانية فى علم النفس ، باعتبارها قوة ثالثة ، تقف بين التحليلية والسلوكية .

وقد رأت هذه المدرسة فى الإنسان كائنا ينطوى على خير محض وإمكانات خلاقة ، وقدرات متميزة ، يصبو دائما إلى أعلى حيث القيمة والمعنى والمثل العليا ، وأن وجوده لا يمكن فهمه إلا فى إطار من سعيه المتواصل إلى أعلى ، وتقبله لذاته ، وتجاوزه لمواطن الضعف فى صلب تكوينه ، وانطلاقه صوب تحقيق الذات وتوكيد الإمكانات .

يقول ماسلو (١٩٨٧) إن حياة الإنسان لا يمكن أن تفهم إلا من خلال تطلعه إلى أعلى ، ونموه المتواصل وقدرته على تحقيق ذاته وسعيه إلى السواء ، وأن مطلب تحقيق الذات والاستقلال والشقوق الكامن فينا نحو التمييز والعلو ، يجب قبوله كنزعات عامة واسعة الانتشار بين الناس (ص ٨) .

ولهذا ينطوى المدرسة الإنسانية على رؤية جد متفائلة بمستقبل أفضل للإنسان في سعيه وفي توكيده لإمكاناته وتفجيره لقدراته الخلاقة . ونزوعه الفطرى نحو الكلية والكمال ، تحقيقا للذات وتوكيدا للإمكانات وتأصيلاً للمعنى والقيمة والحق والخير والحقيقة في الحياة .

وقد تأثرت هذه المدرسة بالفلسفة الوجودية ، التي هي تشكيلة متجانسة من علم اللاهوت ، والفلسفة والطب النفسي وعلم النفس ، وقد اندمجت جميعا من جهد هائل لفهم الوعي والسلوك الإنساني والانفعالات البشرية .

يركز الوجوديون على الوعى الإنسانى وعلى أن الإنسان موجود فى العالم ، يعى بمرارة آلام وجوده ، ويعى العدم المتربص به (الموت) فليس لنا وجود خارج هذا العالم ، وأن العالم ليس له معنى إذا خلا من الإنسان .. هو الذى يضفى على الحياة وعلى الأشياء معنى ، فقد ألقى به على هذا العالم بغير عون أو سند ، ومن ثم فهو مسئول عمن يكون ؟ وعن ماذا يكون ؟ فالإنسان لا شيء سوى ما يفعله لنفسه (سارتر ، ١٩٥٧ ، ص ١٥) ، وأن التحدى الذى يجابهه الإنسان ، يكمن فى محاولته إضفاء المعنى على عالم عبثى ، غير معقول ، فالحياة هى ما نصنعه لها، (ص١٦) .

ولذا فالإنسان مسئول عن مصيره وعن اختياره ، فنحن ما نختار كما يقول سارتر ، فالإنسان سيد مصيره وسيد اختيارته ؛ وهو اكيان في صيرورة، ، ومن ثم فهو في حالة تغير وعلو دائمين .

ولهذا كانت مشكلة الحرية والاختيار والمسئولية وتحقيق الذات وتوكيد الإمكانات والنزوع المستقبلي ، قضايا محورية في علم النفس الإنساني الذي ينظر إلى تحقيق الذات على أنه جوهر وجود الإنسان . فالناس مدفعون بقوة لا رد لها لتحقيق الذات وتوكيد الإمكانات .

يقول ألبرت سزينت جيورجى Albert Szent Gyoergyi وهو حاصل على جائزة نوبل فى العلوم الفيزيقية والبيولوجية ، ثمة حافز فطرى فى المادة الحية ، من شأنه أن يدفعها نحو كمال ذاتها، (ص ١٥٧) .

ويسمى علماء النفس الإنسانيون هذا الدافع الفطرى الكامن في داخلنا ، والذي يدفعنا إلى تحقيق الكلية والسعى نحو الكمال باسم تحقيق الذات .

وفكرة تحقيق الذات ليست فكرة جديدة ، إنما هى فكرة صاربة بجذورها فى عمق الثقافة الإنسانية . ولا سيما عند اليونانيين ، فقد استخدم أرسطو تصور «انتالخيا Entelechy» بمعنى «انتقال ما هو بالقوة إلى ما هو بالفعل» (فريك ١٩٨٢، Frick ، ٢٣٥) .

وهذا الانتقال يعنى أن الوجود بالقوة ينطوى إمكانات وقدرات كامنة ، تظل خبيئة إلى أن تتهيأ لها الظروف للبزوغ إلى الوجود بالفعل ، أى إلى مستوى التحقق

فى الواقع ، غير أن معرفة التحقق الفعلى أو الوجود تكون دوما سابقة على الوجود بالقوة ، ومثلما تكون معرفة شجرة الزيتون سابقة على معرفة قوة البذور على إنتاجها، (يوسف كرم ١٩٦٦ ، ص ١٧٧) .

ويعتبر كورت جولد شتين Goldstien (1978) أول من صك مصطلح تحقيق الذات ، وقدمه بوصفه مفهوما حديثا في نظريات الشخصية . ويرى (1979 – الذات ، وقدمه بوصفه مفهوما حديثا في نظريات الشخصية . ويرى (1979 – 1977) أن كافة دوافع الإنسان تكمن وراء هذا الدافع المهيمن Soveregin صوب تحقيق الذات ، وأن ما يظهره الفرد من دوافع مختلفة كالجوع والجنس وحب الاستطلاع ، ماهي إلا تعبيرات جزئية عن هدف واحد هو تحقيق الإنسان لذاته (ص ٢٠٥) ويصف هذا الدافع (1977) بأنه ،دافع خلاق يكمن وراء تحقيق الذات وتوكيد الإمكانات الكامنة، (ص ١٧٢) .

ويؤكد أدار (١٩٧٠) ذلك بقوله: وإنه من العيب إقامة علم نفس يستند إلى الدوافع فقط ، دون أن نأخذ في الاعتبار القوة المبدعة لدى الطفل ، والتي توجه دوافعه نحو مكونات ، نمده بالغايات الممتلئة معنى،

وقد تطورت فكرة النزوع نحو تحقيق الذات بوصفها قوة داخلية عند كارل يونج Jung من خلال مفهومه عن التفرد Individuation الذى يشير إلى العمليات النمائية الموجه صوب تحقيق الكلية Wholeness (ص ٦٨) ؛ فالذات تتكون من أنماط أوائلية Archetype تسعى إلى تحقيق الكلية والنظام والتوحيد والانسجام . يقول يونج (١٩٦٩) ، تنطوى الذات على أنماط أوائلية في شخصيتنا تسعى في تطورها إلى تحقيق الكلية ، والعمل من أجل النظام والتوحيد Unification والتناغم، . (ص ٢٨٠) .

ويؤكد روجرز (١٩٦٣) ،أن ثمة منبعا جوهريا للطاقة كامن فى الموجود الإنسانى ، وأنه يمكن تحديده تصوريا بأنه النزعة إلى الإنجاز ، وإلى تحقيق الذات ، وإلى استمرارية الذات وتعظيمها Enhancement، (ص ٦ .

وعلى المنحى نفسه أكد ليكى Lecky (١٩٦١) أن فى داخلنا نزعة مهيمئة Sovereign tendency ، وأن كل الظواهر النفسية لا تخرج عن كونها مخططات لهذا السعى الفردى صوب الوحدة وتماسك الذات . (ص ١٩٢) .

وهذه الآراء المتعددة تعنى أن ثمة شيئا ما فى نفوسنا - سواء أطلقنا عليه وهذه الآراء المتعددة تعنى أن ثمة شيئا ما فى نفوسنا - سواء أطلقنا عليه وانتلخيا Entelechy أو الذات المبدعة، ، أو «التفرد» أو الأنماط الأوائلية ، أو الدافع المهيمن أو تحقيق الذات ، يدفعنا إلى تحقيق الذات وتوكيد الإمكانات والسعى إلى الكلية والتناغم الفعال مع الكون ... إلخ .

ويحتل تصور تحقيق الذات مكانة محورية في تصورات ماسلو وكلينيكة روجرز، فعند ماسلو (١٩٨٧) تحقيق الذات هو: ددافع الوجود الإنساني وجوهر فطرته، ولهذا استخدم ماسلو، مفهوم تحقيق الذات للكشف عما في داخل الإنسان من خير محض، ومواهب خلاقة، وقدرات مبدعة وإمكانات خبيئة بغير انتهاء، وبين أن هذا الثراء الداخلي للإنسان هو قاسم مشترك بين الناس جميعا.

فنحن نولد مزودين بخصائص الطبيعة الإنسانية المشتركة ، وبإمكاناتها ، (ماسلو ، ١٩٨٧ ، ص ٢٢٣) ، ووالطبيعة الإنسانية في جوهرها عند ماسلو خير محض ، وإمكانات ثرية في محتواها تمنح لكل الكائنات عند الميلاد ، (ماسلو ، ١٩٨٧ ، ص ٤٩) .

ولهذا يرى ماسلو أن الخاصية الرئيسية للشخصية تكمن في وحدتها الجوهرية وكليتها ، وأن هذه الكلية وتلك الوحدة تتميز بخصائص من أبرزها المثالية ، القيم ، الشجاعة ، الحب وروح المرح ، والغيرة ، والإحساس بالذنب ، إضافة إلى ما يكمن في داخل الإنسان من قدرات خلاقة لنظم الشعر وتأليف الموسيقي ، وترسيخ العلم وكافة مناشط العقل .

ويرى ماسلو أن الطبيعة الإنسانية في جوهرها خير محض ، وأن قوى الشر والتدمير والعنف في الناس ما هي إلا نتيجة للإحباط أو تعطل Thwarting الحاجات الأساسية ، وليست نتيجة شر فطرى Inherent wickedness من جانبه .

ويرتبط تحقيق عند ماسلو (١٩٦٨ ، ١٩٨٨) بإشباع ما يسميه بالحاجات الأساسية ، فقد افترض ماسلو أن هناك تنظيما دافعيا متدرجا من الحاجات قاعدته الحاجات العضوية وقمته تحقيق الذات . وهذه الحاجات على النحو التالى : الحاجات العضوية ؛ الحاجة إلى الأمن ؛ الحاجة إلى الانتماء والحب ، الحاجة إلى تقدير الذات ، وأخيراً تحقيق الذات .

والحاجات عند ماسلو فطرية التحديد Innately determined غريزية المنشأ المجينى Instinctoid ، واستخدامه لمصطلح غريزية ، يعنى تأكيده غالبا الأساس الجينى والبيولوجي للحاجات الشائعة لدى الكائن الحي ، بيد أن الإنسان – من وجهة نظره – قد استطاع عبر مسيرته الحضارية أن يطور من دمدمة غرائزه ، وأن يرتفع فوق مطالبه الحسية وأن يتسامى عليها ، يقول ماسلو (١٩٦٨) لم يعد البشر يمتلكون الغرائز بالمعنى الحيوانى ، قوية ، تملك أصواتا داخلية واضحة ، تخبرهم بطريقة لا لبس فيها:

بماذا يفعلون ومتى وأين وكيف ومع من ؟ إن كل ما نملكه هو بقايا غريزية (ص

وهذا يعنى أن الغريزة تلعب دوراً هامشيًّا فى حياة الإنسان ، لتتيح لقدراته وإمكاناته أن تعبر عن نفسها على نحو إبداعى خلاق ، وهذا مردود إلى أن الحيوان يولد مكبلا بمسارات الغريزة وقيودها ، غير أن الإنسان يولد حرا ... ومن ثم يكون عليه أن يكتشف المعرفة من جديد وأن يصوغ ويشكل حياته فى سياق من عملية التطبيع الاجتماعى ، وعليه فإن مسارات الغريزة تولد مع الحيوان ، وتكون مفروضة عليه فرضاً لا يستطيع تجنبها أو أن يحيد عنها أو أن يبدل منها أو يغير فيها أو أن يجدد فى جوهرها أو مظهرها .

ولكن الأمر يكون مختلفا كل الاختلاف بالنسبة لعالم الإنسان ، فمن مكوناته الأصلية ، أنه مبدع ، وأنه يستطيع أن يغير ويشكل ويصوغ حياته من جديد وعلى نحو دائم ومستمر .

ويعبر فروم عن ذلك في كتابه The sane society الإنسان من ناحيته البدنية ووظائفه الفسيولوجية ينتمي إلى ممكلة الحيوان .. الحيوان يؤدى وظائفه بمحددات غرائزية ، وبما لديه من أفعال نوعية من أبنية عصبية Inherited neurological موروثة ، وكلما ازداد مرونة أفعاله الحركية ، قل جمودا في أفعاله البدنية عما كان عليه عند ميلاده ، بيد أن هناك عناصر وجودية ثابتة في مملكة الحيوان ، على الرغم من ارتقاء بعضها في سلم التطور ... وهي أن الحيوان يحيا من خلال خضوعه لقوانين الطبيعة البيولوجية لأنها جزء من طبيعته ، ولا يستطيع إطلاقا أن يتجاوزها ، فليس له ضمير أخلاقي Conscience of moralnature وعي بذاته ، أو بوجوده ، فليس لديه عقل، . (ص ٢٩)

وعلى أية حال ، فإن إشباع هذه الحاجات – على النحو الذي افترضه ماسلو – يفضى إلى تحقيق إمكانات الفرد وخروجها من حيز الكمون إلى حيز الوجود الخلاق .

ولهذا فإن الأفراد الذين يتحقق لهم إشباع حاجاتهم على النحو ، الذى افترضه ماسلو، يندفعون لاستثمار ما لديهم من مواهب وإمكانات لتحقيق الوحدة والتكامل فى الحياة، (ماسلو ، ١٩٨٧ ، ص ٢٣) .

والطبيعة الإنسانية عند ماسلو (١٩٨٧) صرح من الإمكانات الكامنة -Poten التي تتجه صوب النمو الإيجابي ، وأن هذه الطاقات الكامنة قاسم مشترك بين الناس جميعا .

وهذه الطاقات تبدو واضعة في إمكانية الإنسان على الإبداع ، فالإبداع أعظم خاصية بين الناس جميعا ، وأنه ،خاصية مشتركة في الطبيعة الإنسانية ، معطى كامن نولد ونحن مزودون به ، فمن الطبيعي أن تنبت الأشجار وأوراقها ، وأن تحلق الطيور ، وأن يبدع الإنسان، .

وكلما ازداد صعود الإنسان إلى أعلى الترتيب الهرمى الذى افترضه ماسلو، ازدادت فرديته وإنسانيته وصحته النفسية .

والارتقاء في معارج الكمال الإنساني ، يهيئ الإنسان إلى بلوغ ما يسميه ماسلو والارتقاء في معارج الكمال الإنساني ، يهيئ الإنسان الحود Being values التي المحمل Metaneeds التي الحمال Perfect التمام Completion العدالة ، الحياة ، الثراء الإنساني بالمعنى الروحي والمعرفي والوجداني ، البساطة ، الخير ، التفرد ، اللهو . Self - sufficiency ، الحق والأمانة والحقيقة ، وأخيرا الكفاية الذاتية Playfulness .

وعلى الجانب الآخر من قيم الوجود في مستواها الرفيع ، يفترض ماسلو (١٩٧١) أن هناك ما يسميه بما وراء الأمراض النفسية Metapathologies والذي يظهر نتيجة للفشل في إشباع ما وراء الحاجات أو الحاجات (العليا) ، وتتمثل هذه الحالات النفسية في اللامبالاة Apathy والاغتراب Alienation والاكتئاب والزهد ويضع قائمة بهذه الأمراض العليا تتمثل في:

- 1 فقدان الثقة ، الزهد ، الشكوكية Skeptisism .
- ، Disgust ، اشمئزاز Repulsion ، مقت Hatred ، اشمئزاز Peliance only sefl and for self ، الاعتماد فقط على النفس وللنفس وللنفس
- Toss of السوقية Vulgarity ، الضجر Restlessness ، فقدان الذوق Vulgarity . Disintegration العزلة Bleakness العزلة
- 3- فقدان الشعور بانذات والفردية Individualtiy ، الإحساس بالقابلية على انسلاخ الإنسان من ذاته ، أو أنه فقد طابعه المتميز be changeable or anonymous
 - ٥- العجز Helplessness ، وغيبة ما نعمل من أجله Holplessness .
- Total self- الغضب ، الزهد ، اللاقانون Lawlesness ، الأنانية المطبقة -Total self . ishne

- ۷- شراسة gumness ، اكتئاب ، الحزن العميق Cheerlessness ، فقدان بهجة الحياة ، الشعور بالعظمة ، فقدان روح المرح .
 - ٨- إلقاء المسئولية على الآخرين.
 - 9- اللامعنى ، اليأس ، فقدان الإحساس بالحياة Senselessness

ومن ناحية أخرى يحدد ماسلو (١٩٥٠ – ١٩٨٧) خصائص الأفراد المحقيين لذاتهم والذين يعتبرهم الأفضل Very best من بين الناس ، وتحدد هذه الخصائص في :

١- لديهم منظور أكثر فاعلية للواقع :

More efficient perception of reality

يمكنهم من إدراك العالم من حولهم بطريقة سليمة وفعالة ، فهم يرون الحقيقة كما هي بالضبط ، وليس كما يتمنون أو يحتاجون أن تكون .

٢- تقبل الذات والآخرين والطبيعة :

Acceptance self, others and nature

يتقبل المحققون لذواتهم أنفسهم كما هى ، ولا يفرطون فى نقد عيوبهم وفشلهم وضعفهم ، ولا يحملون أنفسهم مشاعر ذنب وخزى وقلق وما إلى ذلك من الحالات الانفعالية ، بل يشعرون بالرضا عن أنفسهم ، ويتقبلون طبيعتهم الحيوانية ، فهم يأكلون بشهية وينامون جيدا ويتمتعون بحياتهم الجنسية دون كف أو كبت ، وبالمنطق نفسه يتقبلون الناس من حولهم .

٣- التلقائية والبساطة والطبيعية:

Spontaneity, Simplicity and naturalness

يتصف سلوكهم بالبساطة والتلقائية والطبيعية دون أن تصنع منهم، غير أن سلوكهم لا يحتوى على ما هو مناهض التقاليد Unconventional السائدة ، بيد أن حياتهم الداخلية وهذه اللاتقليدية الكامنة في داخلهم ليست موجهة ضد أحد ، ولايبتغون بها مضايقة الآخرين ، لأنها نقطة البدء في تقديم الجديد والمغير لما هو مألوف، ولهذا فهم يتحلمون المشاركة في المعاهد التعليمية التي يرون في مناهجها أنها سخيفة ومتكررة وموهنة للعقل .. وباختصار ، هم لا يترددون في الدفاع عن القواعد الاجتماعية ، عندما يكون ذلك ضروريا .

2- مركزية المشكلة Problem Centered

وجد ماسلو المحققين لذواتهم بغير استثناء يرتبطون بالواجب نحو المجتمع أو المهنة التي تكون محبوبة كشيء مهم في حياتهم ، فهم لا يتمركزون حول ذواتهم المهنة التي تكون محبوبة كشيء مهم في حياتهم ، فهم لا يتمركزون حول ذواتهم ويتجهون صوب مشكلات تكمن وراء احتياجاتهم ومشكلاتهم الحالية ، وبهذا الشعور «يعيشون من أجل العمل أكثر بكثير من العمل من أجل العيش ؛ فالعمل يحمل خصائص ترتبط بهم . ويصور ماسلو الملتزمين بتحقيق ذواتهم أن استغراقهم في العمل يظهر كما لو كان علاقة حب ، يبدو فيها أن كلا من الوظيفة والفرد ينتميان لبعضهما ... فهما يتناسبان معا ويرتبطان معا كالقفل ومفتاحه، (١٩٧١ ، ص ص ٣٠١ - ٣٠٠) .

ويهتم المحققون لذواتهم بالموضوعات الفلسفية والأخلاقية ، فهم يعيشون ويعملون من خلال إطار مرجعى يتجاوز حاجاتهم الشخصية ،كرسالة، أو مهمة ، فهم يهتمون بالآخرين ، ولذا يستطيعون التفرقة بين ما هو تافه وما هو مجد بين ما هو مهم وما هو غير مهم لعالمنا .

o- الانفصال والحاجة إلى العزلة: Detachment need to privacy:

هؤلاء يصفهم ماسلو بأنهم يعشقون الخصوصية والعزلة ، فليس بينهم وبين الآخرين علاقة ، فهم بعيدون عن الناس يستمتعون برؤية علاقات الصداقة من حولهم.

ويصور ذلك ماسلو بقوله حينما أكون وحيدا مع نفسى أكون مع أفضل صديق . - الاستقلال الذاتي : الاستقلال عن الثقافة والبيئة :

Autonomy: Indepence of culture and environment

يتمتع محققو ذراتهم بحرية التصرف باستقلال عن بيئتهم الطبيعية والاجتماعية ، فهم يتمتعون بإمكانات كامنة ، ومصادر قد لا تنضب للنمو والتطور ، فلا فلديهم القدرة على صبط الذات والتحكم فيها ، وقدرة على توجيه الذات -Self - di فلديهم القدرة على صبط الذات والإرادة الحرة ، واستقلال الذات ، يتحملون المسئولية ، ولديهم القدرة على ضبط الذات وتحديد المصير ، وكل هذا يجعلهم يشعرون بالاستقلال عن ضغوط الثقافة والبيئة .

٧- التجديد المستمر في تقدير الأشياء:

Continued Freshness of Appreciation

يرى ماسلو أن الذين يحققون ذواتهم لديهم القدرة على تقييم الأحداث العادية جداً في حياتهم بشعور من التجدد والخشية والمتعة التي تبلغ إلى حد النشوة ، يضغون على كل شيء روح التجديد ، فخبراتهم الذاتية ثرية في محتواها ، وعملهم اليومي مصدر متعة وشوق لا ينقطع .

فعلى سبيل المثال رؤية قوس قزح rainbnow مرة ، كمئة مرة تحمل فى طياتها الحب والسحر والتجديد كما لو كنا نراه لأول مرة ، وجولة داخل الغابات لاتنقطع أبدا حتى تتحول إلى خبرة ممتلئة ومشاهدة طفل وهو يلعب ترفع الروح المعنوية .

Peak or mystic experience: الخبرات الغامضة أو بالغة الذروة - ٨

طبقا لدراسات ماسلو عن عملية تحقيق الذات المستمرة تبين له أن هؤلاء الأفراد يأتون باكتشافات غير متوقعة وأن الكثيرين من هم يجمعهم قاسما مشتركا يسميه ماسلو الخبرات البالغة الذروة Peak experiences فهم يعيشون لحظات من الإثارة الشديدة ، والتوتر العالى High tension يعقبها هدوء واسترخاء وسكينة Peacefulness وسعادة غامرة Blissfulness وسكون ، يقدمون أكثر اللحظات فتنة ودهشة في الحياة على نحو يمتزج فيه الحب والنشوة الجنسية Sexual climax وتفجر الإبداع والاستبصار العالى ، والاكتشاف المبدع والالتحام الذي يبلغ حد الانصهار مع الطبيعة ، هؤلاء الناس يستطيعون أن يتوهجوا Turn on ، دون مثيرات أو منبهات صناعية ومجرد وجودهم في الحياة يجعلهم متوهجين بالمعرفة وتقديم الجديد .

Theological وطبقاً لتصورات ماسلو فإن تلك الخبرات الذروية ليست صوفية Supernatural أو خارقة للطبيعة Supernatural ، بيد أنهم مندينون

لقد اكتشف ماسلو - كما يقول هاردمان ، Hardman (١٩٧٩ ، ص ٢٤) أن بالغى الذروة Peakers يشعرون بتناغم أشد مع العالم ، ويتجاوزن وعيهم الذات ، ويشعرون بقوة أكثر من غيرهم .

9- الاهتمام الاجتماعي : Social interest

لديهم اهتمام بما يعانى من الجنس البشرى من نقائص وشرور ، ويدعون إلى الأخوة والمحبة والتسامح بين الناس .

١٠ - العلاقات البينشخصية العميقة :

Profound interpersonal relations

يميل محققو الذات إلى تكوين علاقات شخصية أكثر عمقا مع الآخرين من علاقات الأفراد العاديين ، ولا سيما لدى أصحاب المواهب والقدرات والإمكانات ، ثم أنهم يتسمون بقدرة على التعاطف مع الآخرين .

Democratic chracter structure : بنية الصفات الديمقراطية -١١

يصفهم ماسلو بأنهم ديمقراطيون ، متحررون من التعصب ويحترمون وجهات نظر الآخرين رغم التباين في الطبقة ، والعرق والدين والجنس والعمر ، إضافة إلى ذلك فهم يتعلمون من أي شخص دون تعال أو نزعة تسلطية .

١٢- التمييز بين الوسائل والغايات:

Discrimination between means and ends

يتصفون بأنهم يميزون بين الوسائل الغايات ، بين الوسائل التى تستخدم لتحقيق الغايات ، بيد أنهم فى كثير من الأحيان يستمتعون بالوسائل ، أو الوسائل السلوكية التى تقود إلى أهداف بعينها ، وقد يستخدمون بعض الوسائل لذاتها دون السعى إلى تحقيق أهداف من ورائها .

Philosophical sense of humor: الحس القلسقي للدعابة

يتمتع محققو الذات بقدرة على إطلاق الدعابة والنكبات ، بيد أن الدعابة لديهم تشير مشكلة ، أو توصل إلى شيء أو هدف خلف هذه الدعابة أو تعالج مغزى رمزيًا أو أخلاقيًا أو أسطوريًا .

Creativity: الإبداع - الإبداع

لقد اكتشف ماسلو أن محققى الذات مبدعون دون استثناء ، بما تحمله الكلمة من معنى ، وبين أن الإبداع يختلف عن العبقرية أو الموهبة الخارقة التى تظهر فى الشعر أو الموسيقى أو العلم ، واعتبر أن الإبداع صميم وجود الإنسان ، وأنه يظهر كسلوك مبدع فى أسلوب الحياة .

10- مقاومة الضغط الثقافي: Resistance to enculturation

محققو الذات في انسجام وتناغم مع ثقافتهم ، بيد أن استقلالهم الجوهري واعتمادهم على الذات يجعلهم أحراراً في مقاومة الضغوط الثقافية والاجتماعية .

إن مقاومة الضغط الثقافي Enculturation لا تعنى بالنسبة لهم أنهم ضد التقاليد أو مناهضين لما هو اجتماعي في السلوك ، فهم يبقون على حدود المسايرة conformity اعتباراً من اختيار الملابس والطعام وطريق الكلام وطريق التعامل مع الأشياء ، وهم لا يستهلكون الطاقة في محاربة الطقوس الاجتماعية التافهة أو نظم المجتمع ، وعلى الجانب الآخر ، يصبحون مضادين لثقافة المجتمع حينما يتعلق الأمر بقضايا أساسية ، إنهم يؤمنون بأن التغير الاجتماعي من الممكن أن يمضى بطيئا ومجهدا ، بيد أنهم يرون أن أحسن إنجاز هو الذي يتحقق من خلال نسق منظم.

تلك بعض جوانب من تصورات ماسلو عن تحقيق الذات ، الذى يعتبر مجلى الرجود الإنسانى وجوهر فطرته ، فالإنسان ينطوى على حاجات فطرية المنشأ ، غريزية التكوين ، والقول بفطرية هذه الحاجات بما ينطوى عليه من نزوع نحو المستقبل تحقيقاً للقدرة الخبيئة ، والإمكانة الكامئة ، وتوكيداً للذات ، يعنى أن هذه الحاجات مكونات أصيلة للإنسان بما هو إنسان ، تدفعه إلى تحقيق الكلية والكمال وتنمية جوانب الشخصية على نحو مبدع وخلاق ومتوازن .

ولئن اعتبر ماسلو الحاجات الفسيولوجية هي قاعدة الحاجات الإنسانية جميعاً ، فإن فروم Fromm (١٩٧١) اعتبر أن الحاجة إلى الأمن هي قاعدة الحاجات الإنسانية وأن هذه الحاجة ، ينبغي أن تشبع والإنسان ما يزال في المهد صبيا ، وأن إشباع هذه الحاجة يعنى الآن يتقدم الفرد نحو «الحرية الإيجابية» ، وأن يتعلق بالعالم على نحو تلقائي من خلال الحب والعمل ، معبراً بذلك عن إمكاناته العاطفية والحسية والعقلية على نحو خلاق .

يقول فروم (١٩٧٤) إن الحب والعمل هما المكونان الأساسيان لتنمية الحرية الإيجابية ، من خلال عملية التفاعل التلقائى ، ومن خلال الحب والعمل يعيد الناس اتحادهم مع بعضهم دون التضحية بالفردية والتكامل .

Commence of the Commence of the Commence of

The same of the same of the same

کارل روجرز Carl Rogers

المنظور الفنومنولوجي في نظرية الشخصية

يؤكد المنحى الفنومنولوجي في الشخصية على أفكار ثلاث:

أولاً: أن سلوك الفرد يمكن فهمه عن طريق الوعى الذاتى الواقع ، ولهذا يعتقد الفنومنولوجيون أن الإطار المرجعى الداخلى الفرد ، أو الإدراك الذاتى الحقيقة ، يلعب الدور المحورى فى تحديد السلوك الظاهرى للفرد ، ومن ثم يرفض الفنومنولوجيون القول بالحتمية البيئية ، وأيضا الحتمية اللاشعورية .

ويرون أن الإنسان يملك القدرة على تقرير مصيره ، وأن الناس أحرار في اختياراتهم ، وأن الحقيقة الذاتية هي حقيقة حسبما تبدو مباشرة أمام الوعى .

وأن هذا الافتراض يمثل الركييزة الأساسية في المنحى الفنومنولوجي في دراسة الشخصية الإنسانية (Watlawick, 1984).

وهنا نتساءل : ماالقصد من الفنومنولوجيا ؟

الفنومنولوجيا اصطلاح وضعه «هيجل» في كتابه «فنومنولوجيا الروح» ومعناه: علم الظواهر في مستواها المتعالى ، وكان هيجل يقصد به علم الوعي ، عنده علاقة محددة بين الأنا وموضوع ما .

وقد التقط هوسرل هذا المفهوم ، واتخذه مفهوماً محورياً لفلسفته ، فاحتل مكانته في الفكر الأوروبي باعتباره ردا على البرجماتية والاجتماعية ، هاهنا جاءت الفنولوجية كمحاولة لتأسيس العلوم الطبيعية والإنسانية على أسس جديدة ، تقوم على «مبدأ المضى إلى الأشياء ذاتها، أي إلى الظواهر حسبما تبدو مباشرة أمام الوعى ؛ مع الحرص على عدم وضع أي فروض ، سواء من ناحية الكائن التي هي مظهر له، أو من ناحية الأنا التي هي ظاهرة له .

وعلى أية حال فإن الفنومنولوجيا قد أثرت على نحو فعال على الفلسفة الوجودية ، وعلى التيار الإنساني في علم النفس الذي تأثر بدوره بالفنومنولوجيا ، وما تنطوى عليه من مفاهيم ومبادئ .

ثانياً: إن جوهر طبيعة الإنسان يتجلى فى قدرته على تحديد مصيره ، باعتباره مكونا أساسيا لوجوده ، وأن هذه القدرة تستلزم الشعور بالمسئولية ومن ثم فالإنسان حر، بيد أن حريته مسئولة غير مطلقة .

ثالثا: إن الإنسان بفطرته خير ؛ وأنه في سعى دائم صوب الكمال وهذه النقطة المحورية تفترض أن الإنسان ينطوى على ممكنات وعلى إمكانات كامنة ، وأن هذه الممكنات وتلك الإمكانات من شأنهما دفع الإنسان صوب التميز والاستقلالية والنصج والنمو المتواصل ، والإبداع الذي يتواصل بغير انتهاء .

تلك ركائز محورية في المنظور الفنومنولوجي للشخصية والعلاج النفسي والإرشاد النفسي .

وقد تأثر ماسلو وكيلى بهذا المنظور ، بيد أن روجرز أمعن فى التركيز على الوعى ، باعتبار أن كل فرد ذاتية فريدة ، وأنه يعى العالم على نحو فريد ، وأن الخبرة ترتبط بالذات، وأن الإنسان كائن نمائى .

وقد أثرت كتابات روجرز على تحسين وإثراء العلاقات البين شخصية وعلى العمل الجماعى ، وديناميات الجماعة وعلى المعالجين النفسيين ، والمرشدين النفسيين من خلال طرائقه في العلاج غير الموجه non-directive therapy ؛ والعلاج المتمركز حول العميل Client centered therapy .

سيرة ذاتيسة :

ليس فى حياة روجرز شيئا يتسم بالغرابة أو التناقض ، فهو أمريكى النشأة والمولد ، ولد فى عام ١٩٠٢ فى شيكاغو ، وكان ترتيبه الرابع بين أشقائه الست ، خمس من الذكور وفتاة واحدة ، والده مهندس مدنى ناجح فى عمله ، ومتدين ؛ وعندما بلغ الثانية عشر من عمره انتقلت الأسرة للحياة فى مزرعة والده غرب شيكاغو ، وقد عاش سنوات طفولته فى محيط أسرى ، يتسم بالقيم والأخلاق ، وقد وصف والداه بأنهما مرهفان الحس ، ويتسمان بالحب .

ولم يكن له أصدقاء حميمين خارج نطاق أسرته ، وكان مولعا بالقراءة ، ميالا

إلى العزلة ، محبًا لقراءة كتب المغامرات ، ورغم ذلك فكان يلتهم أى كتاب تقع عليه يداه ، باحثًا دومًا عن الحقيقة منقبًا في المعاجم والموسوعات .

وبعد أن أنهى تعليمه الثانوى ، التحق روجرز بجامعة ويسكنسون Wisconsin ليدرس الزراعة العلمية ، وفي الجامعة انخرط في الأنشطة الدينية ، وفي السنة الثانية قرر أن يتجه إلى التعليم الديني ، وفي سنة ١٩٢٢ اختير وتسع طلاب أمريكيين لحضور مؤتمر الطلبة المسيحيين الذي عقد في بكين في الصين ، ومكث ستة أشهر في الصين ، وهناك تمكن من ملحظة مدى الاختلاف بين الاتجاهات الدينية والاتجاهات الأمريكية .

وللحقيقة فإن خبرات رحلته إلى الشرق جعلته أكثر تحررا في الحياة ، كثير التساؤل عن ألوهية المسيح ، إضافة إلى ذلك جعلته يتحرر من أسر الارتباط الفكرى والديني بأبويه .

وحصل على درجة البكالوريوس فى التاريخ من كليت عام ١٩٢٤ وبدأ بالدراسة فى علم النفس عن طريق المراسلة ، وتزوج من هيلين أليوة بعد تخرجه ، والتحق بمعهد الاتحاد اللاهوتى فى نيويورك ، وفى نيويورك وجد أن الحياة تحفزه وتثيره ، وأصبح له أصدقاء جدد ، واكتشف أفكاراً جديدة ؛ وشعر بالحب لهذه الخبرات مجتمعه، . (١٩٦٧، ٣٥٣) .

وخلال العام الثانى فى نيويورك أخذ دورات فى علم النفس فى جامعة كولومبيا وكان من أكثر الدورات التى تركت أثراً كبيرا فيه دورة فى علم النفس الطبى ، تناولت مشكلات الطفولة ، وفى السنة الثالثة قرر أن ينتقل إلى جامعة كولومبيا ليكمل تعليمه الجامعى فى علم النفس التربوى والكلينيكى -Clinical and educational Phycholo الجامعى فى علم النفس التربوى والكلينيكى عام ١٩٣٣ .

ولعل من أهم كتبه في العلاج النفسي والإرشاد النفسي:

Psychotherapy and Personality Change (with R. Dymond, 1954, On Becoming a Person: A Therapist's View Psychotherapy (1961); Person to Person: The Problem of Being Human (with B. Stevens, 1967); Freedom to Learn: A View of What Education Might Become (1969); Carl Rogers on Encounter Groups (1970); Becoming Partners: marriage and its Alternatives (1972); Carl Rogers on Personal Power (1977); A Way of Being (1980); and finally, Freedom to Learn for the 80s (1983). His autobiography appears in A History of Psychology in Autobiography (Volume 5, 1967. pp. 341 - 384).

تصور روجرز عن الطبيعة الإنسانية: Rogers view of Human Nature

بداية ينبع رأى روجرز عن الطبيعة الإنسانية من خبراته الشخصية فى التعامل مع المصطربين انفعاليا ، وهو فى ذلك يشبه فرويد الذى كون خبراته من تعامله مع المرضى ، وهما فى ذلك على الصد من ماسلو الذى كتب من وحى تصوراته وأفكاره دون أن يمارس العلاج النفسى .

يقول روجرز (١٩٥٩) لقد أكسبتنى الساعات التى قضيتها مع هؤلاء الناس (يقصد المرضى) وعلاقاتى الشخصية بهم ، القدرة على البصيرة وإدراك المعنى العميق مفهوم العلاج وآليات العلاقات الشخصية بين الأفراد ومعرفة بنية ووظيفة الشخصية (١٨٨) .

ويرى روجرز من خلال خبراته الكينيكية إن الإنسان بجوهره طموح وخلاق وواقعى وجدير بالثقة تماماً Trust worthy ، وأنه قوة فاعلة ، من الطاقة والحركة تتوجه صوب أهداف معينة في المستقبل ، بدافع وتوجيه ذاتيين ، وليس موجوداً تحركه قوى خارجه عن إرادته .

ويؤكد روجرز أن المسيحية قد قوت الاعتقاد بأن الإنسان بفطرته آثم وشرير evil and sinful ، وأن هذا الاعتقاد اكتسب قوة أكبر عند فرويد الذى قدم تصوراً للإنسان وهو مزود بالهى Id واللاوعى ، وهما (اللاشعور والهى) إذا سمحا لهما بالتعبير عن نفسيهما ، فسوف يظهر ذلك فى أفعال تتسم بزنا المحارم Incest ، المذابح Homicide الإنسانية والاغتصاب والسرقات وما إلى ذلك من أفعال وحشية .

وفقاً لرأى فرويد ، فإن الإنسان كائن غير معقول ومناهض لما هو اجتماعى وأنانى ومدمر لنفسه وللآخرين .

ويؤكد روجرز (١٩٨٠) أن الناس قد يرتكبون أفعالا يعبرون بها عن مشاعرهم العدوانية الدفينة ودوافعهم الشاذة Abnormal impulses وأفعالهم المناهضة للمجتمع ولكنه مع ذلك أكد أن الناس في هذه اللحظات العدوانية لا يتصرفون بوحى من طبيعتهم الحقيقية . ولهذا فإن الأفراد الذين يعيشون حياة كاملة التوظيف -Function في ing fully ، ويمتلكون من الحرية ما يمكنم من إشباع طبيعتهم الداخلية ، يثبتون أنهم إناس إيجابيون وعقلاء ، ويمكن الاطمئنان إلى تعايشهم بانسجام مع أنفسهم ومع الآخرين ، ولأنه يدرك أن آراءه في الطبيعة الإنسانية قد ينظر إليها على أنها مجرد تفاؤل ساذج ، فإن روجرز يؤكد أن نتائجه تعتمد على ثلاثين عاما من الخبرة في العلاج النفسي . يقول روجرز (١٩٨٠) : وإن رأيي في الشخصية الإنسانية ليس رأيا

مفرطاً فى التفاؤل ، فالأفراد قد يلجأون بدافع من حماية الذات والخوف الفطرى إلى أفعال غاية فى القسوة والتدمير الرهيب والعدوان والأضرار بالمجتمع وبأنفسهم وبالآخرين ، وأحد أهم الخبرات المتجددة هو العمل مع هؤلاء الأشخاص واكتشاف الميول الإيجابية الهادفة ، الموجودة فيهم ، بل وفى داخل كل منا فى أعمق المستويات، . (١٩٦١ ، ص ٢٧) .

وقد أكد روجرز فكرة النمو الطبيعى للأفراد تجاه التحقيق البنائى -Construc وقد أكد روجرز فكرة النمو الطبيعى للأفراد تجاه التحقيق البنائى -tive fulfillment لإمكاناتهم الفكرية ، متناقصًا بذلك مع أفكار ونظريات فرويد تناقصًا واضحاً ، ولذا فإنه يقول ،عندما يأتى أحد أنصار أفكار فرويد وهو كلول مننجر Manninger ويخبرنى أنه يرى الإنسان كائن شرير بفطرته المعارية ، (روجرز ١٩٧٩ ، بفطرته Destructive ، لا أملك إلا أن أهز رأسى عجبا وحيرة، . (روجرز ١٩٧٩ ، ص ٢٥٠) .

ويمكن القول أن روجرز قد احترم طبيعة الإنسان احتراماً عميقاً وأكد أن الناس لديهم نزعة فطرية للاتجاه نحو الاستقلال والمسئولية الاجتماعية والإبداع والنضج.

ورغم أن روجرز وماسلو قد اشترك في الاعتقاد أن الإنسان لديه إمكانات غير محدودة على التطور وتحقيق الذات بما يتوافق مع إشباع ذاته ورغباته ، فإن هناك ثلاثة اختلافات رئيسية في نظرياتهم بالنسبة لطبيعة الإنسان :

أولاً: يعتقد روجرز أن الشخصية والسلوك هما بصفة عامة دالة (وظيفة) Function للإدراك الفريد للإنسان للبيئة المحيطة به ، بينما يرى ماسلو أن سلوك وخبرات الإنسان تتحدد من التدرج الهرمى للحاجات . وعلى الضد من روجرز لا يركز ماسلو على المنحى الفنومنولوجي للفرد .

ثانيا: تنبع نظرية روجرز أساسا من عمله مع الأفراد الذين يعانون من الآلام النفسية ، وقد ركز روجرز بالفعل اهتمامه على الظروف العلاجية التي تسهل نمو ألفرد صوب تحقيق الذات ، وحول معرفته التي اكتسبها من علاج الأشخاص إلى نظرية عامة في الشخصية ، في حين أن ماسلو لم يمارس العلاج النفسي إطلاقا ، بيد أنه حفز علم النفس على تغيير اهتماهه من دراسة اللاسوية Abnormality إلى دراسة الأصحاء من الناس .

وأخيراً فإن روجرز قد حدد ،أنماطاً نمائية معينة، Certain develpmental وأخيراً فإن روجرز قد حدد ،أنماطاً نمائية معينة الإمكانات الفطرية ، أما patterns

ماسلو فقد تجاهلت نظريته «العمليات النمائية» التي تحكم حركة الإنسان نحو التحقيق الكامل لإمكاناته الداخلية تماماً (Hjelle & Ziegler, 1992, p. 493).

وبجانب آرائه الإيجابية في حقيقة النفس البشرية ، افترض روجرز (١٩٥٩) أن هناك شيئًا واحداً يتحكم في كل أنماط السلوك ، هو السعى إلى تحقيق الذات أو بعبارة أخرى والنزعة الموروثة، Inherent tendency في حياة الكائن ؛ لتطوير قدراته على نحو يساعد على تعزيز وتقوية موقفه (ص ١٩٦) ؛ أي إن الدافع الأول في حياة الإنسان هو تحقيق الذات ، وأن يصبح في أفضل حالة تسمح بها طبيعته وشخصيته .

والمرابط والمرابط والمعارض والمسترين والمرابط والمرابط والمرابط والمرابط والمرابط والمرابط والمرابط والمرابط والمرابط

The same that the same of the

and the state of t

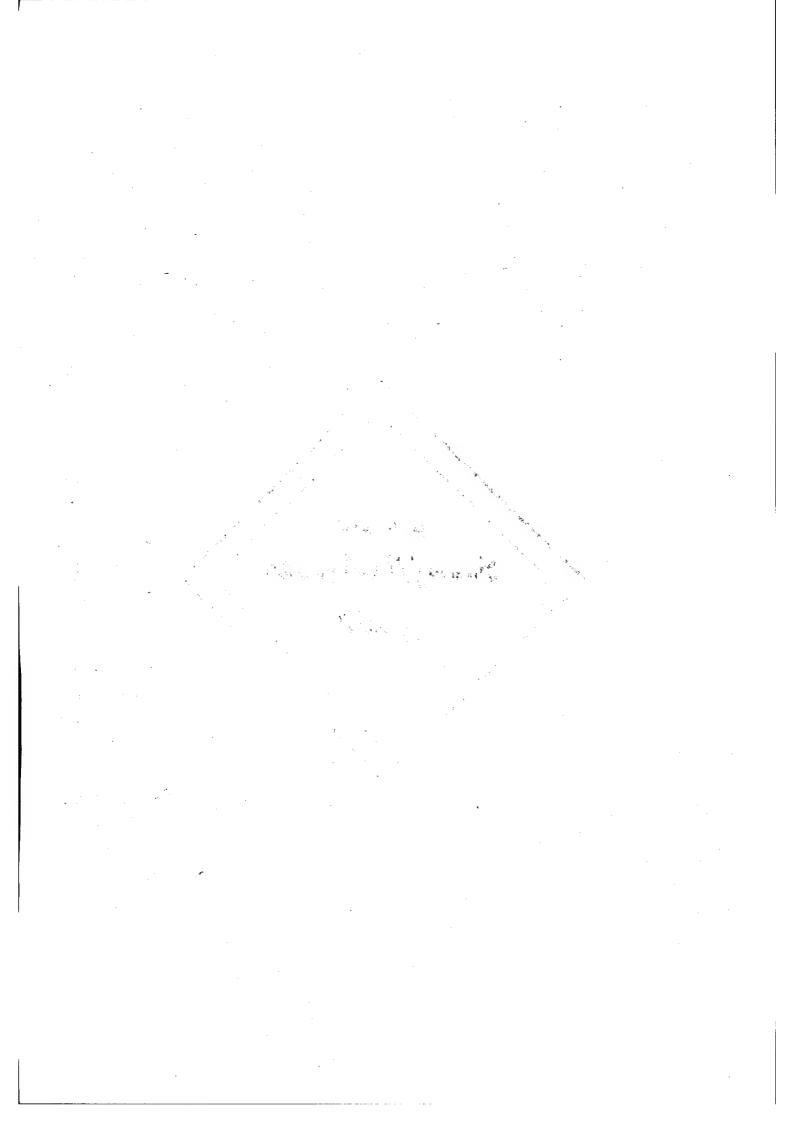
King of the contract of the second production of the contract of the contract of

the first of the first the first property of the first of the first firs

and the control of th

and the company of the property of the company of





	القصل الرابع
2 2 24 .4 .5. 224 .2.4	

الإرشاد النفسي : علم وفن ومهارة

علم لأنه يستند إلى عدد من النظريات والتصورات المستمدة من التراث النفسى، والتى يتمثل بعضها فى السلوكية والتحليل النفسى والتيار الإنسانى فى علم النفس ؛ فلا يمكن تصور أى إرشاد نفسى أو علاج نفسى بغير تصورات عن طبيعة الإنسان ، توضح ما ينطوى عليه الإنسان من قوة وضعف ؛ من سمو يصبو بالإنسان نحو تحقيق المثل العليا ، ومن التصاق بالذات يصل إلى حد العيش نهباً لمشاعر العزلة والاكتئاب ؛ ومن جوانب روحية متسامية ومن جوانب مادية غرائزية محض ؛ من إمكانات وقدرات ومواهب تنزع نحو تحقيق ذاتها ، وقوى معوقة لبزوغ هذه الإمكانات والقدرات والمواهب .

ومن هنا فإن الإرشاد النفسى بوصفه علماً يستند إلى تلك التصورات والنظريات التى تبين لنا أسس تلك التفاعلات المتباينة فى تكوين الإنسان ، ثم أن هذه التصورات عن طبيعة الإنسان ، تزودنا بفهم واضح للطبيعة النمائية للإنسان ، فهو كائن نمائى ، يمضى حياته وفق صيرورة نمائية لا تعرف التوقف ، منذ أن يكون مجرد نطفة فى وقرار مكين، إلى أن يبلغ أرذل العمر أو يتوارى الثرى .

وهذا النمو يسير وفق مراحل عمرية ، لكل مرحلة عمرية إيجابياتها التي يتعين تأكيدها ، ولها سلبياتها التي ينبغي التعامل معها وفق أساليب وفنيات الإرشاد النفسى.

والإرشاد النفسى « فن » لأنه يحسن استثمار طاقات وإمكانات الإنسان ، ويجيد توظيف التصورات المستمدة من النظريات النفسية فى التعامل مع المواقف الطلابية ، الإيجابية والسلبية ، على نحو تتضح فيه القدرة على الانتقال بالتلميذ من التعثر الدراسي إلى الفاعلية ، من اليأس والإحباط إلى الإقبال الفعال والنشاط ، من السلبية إلى الإيجابية ، من تعطل الإمكانات والقدرات والمواهب ، إلى تفعيل هذه القدرات على نحو خلاق ، يقوم على أعمال الخيال والفاعلية في الفكر والسلوك والمواقف .

ومهارة الإرشاد النفسى تكمن فى عدد من الأهداف ، لعل من بينها مساعدة المفحوص على فهم نفسه ، واستثمار إمكاناته ، وتوكيد ذاته ، وإتاحة الفرصة لقدراته للتعبير عن نفسها ؛ وتجاوز أسباب تعثره واضطرابه .

مساعدة التلميذ على فهم أفضل لنفسه ، وعلى التحليل المنهجى – الذى يسير وفق نسق علمى – للبيانات والمعلومات التى يتم الحصول عليها من التلميذ ، والتى يمكن من خلالها مساعدة التلميذ على تقبل نفسه وتقبل دراسته والمضى قدماً بإمكانات إلى الإبداع.

ولا يمكن لهذه الأهداف أن تتحقق إلا من خلال تجميع وتفسير وتنظيم واستخدام المعلومات المتاحة عن التلميذ على نحو إرشادي سليم .

وهذا يتطلب إعداداً فعالاً للمرشد النفسي يستازم:

- (١) أن يكون المرشد النفسى مطبوعاً على العمل في مجال الإرشاد ، محباً له مهتماً به .
 - (٢) أن يكون لديه مخزون معرفي ونفسى متنوع
 - (٣) أن يتمتع بمعرفة مكثفة بمجال أو أكثر من مجالات المعرفة .
 - (٤) أن تكون لديه قدرة على التقاط المشكلات وقوة الملاحظة .
 - (٥) أن يتمتع بالقدرة على استقطاب التلاميذ بحيث يركنون إليه.
- (٦) أن يجيد مهارات الملاحظة والتعامل مع الاختبارات والاستبيانات المختلفة وإجراء المقابلات الشخصية المقننة ، وتشخيص ما يتسم به التلميذ من سمات وخصائص ، وما قد يعانى منه من إحباطات وتأخر دراسى وعدم توافق .

أُولاً: الملاحظة Observation

الملاحظة تكنيك أو طريقة Technique لا نستخدم فيها الاختبارات أو المقاييس أو الاستبيانات لتقييم سلوك التلميذ من حيث التفوق أو التعثر ، ومن حيث التوافق أو سوء التوافق مع زملائه ، ومن حيث الاندماج والاجتماعية أو من حيث العزلة والاضطراب .

ولهذا .. فإن سجلات الملاحظة والتسجيل من شأنها أن تصف سلوك الطالب وتقيمه في المواقف السلوكية المتعددة ، وتخضع البيانات والمعلومات التي حصل

عليها للتجريب في الواقع عن طريق الملاحظة السديدة .

وهنا يمكن القول بأن الملاحظة فهم وإدراك لما يمكن أن تكون عليه الخصائص الجوهرية المميزة لسلوك التلميذ في المواقف المتباينة من ثم تعتمد على أسس ، لعل من أبرزها :

(۱) تحديد ما الذى نلاحظه قبل إجراء الملاحظة ، والهدف من الملاحظة ، وأبعاد السلوك الذى نبحث عنه ، والسمات المميزة للطالب مثل : تفاعلات مع زملائه ، انطوائه ، قلقه وخوفه ، اندفاعه وإقدامه فى المواقف ، قدرته التفاعل الإيجابي مع المواقف إلخ .

ومن شأن تحديد الهدف والموضوع والسلوك والسمات أن يضفى على فترة الملاحظة معنى وقيمة .

(٢) ينبغى أن يكون موضوع الملاحظة تلميذاً واحداً فى كل مرة ، إذا ما أردنا أن نعرف سمات وخصائص وأبعاد شخصية هذا التلميذ فى علاقاته مع نفسه ومع زملائه ومع معلميه فى المدرسة .

ومن الممكن أن تشمل الملاحظة عدداً من التلاميذ لمعرفة التفاعلات القائمة بينهم ، وكيف يتصرفون معاً ، وهل تتسم علاقتهم بالفردية أم بروح الفريق .

وهنا ينبغى استخدام أدوات تسجيل خاصة وقوائم للمراجعة Check . lists

- (٣) لابد من تركيز الملاحظة على المسالك ذات الدلالة والتى تترجم سمات نفسية معينة ؛ حتى لا تكون عرضية أو عفوية وسطحية وليست دقيقة وبيانات تتصل بالتلميذ وبسلوكه وطريقة استجاباته إزاء الآخرين .
- (٤) أن يمتد زمن الملاحظة فيشمل اليوم الدراسي بأكمله ، حتى يمكن وصف سلوك التلميذ على نحو دقيق .
- (°) أن يتعلم المرشد النفسى كيف يلاحظ دون الرجوع إلى كتابة ملاحظات أثناء فترة الملاحظة ؛ لأن مجرد الكتابة واستخدام الورقة والقلم يسبب ارتباكاً وخوفاً شديدين للمفحوص .
- (٦) وإذا كان لابد من الكتابة .. فمن الممكن أن يتم التسجيل وكتابة ملخص

عن الملاحظة بعد انتهاء الملاحظة مباشرة ، من خلال سجلات الوقائع . Aneedotal records

سجلات الوقائع الحياتية:

تعتبر واحدة من الطرائق التي يستخدمها الموجهون النفسيون ؛ لتساعدهم على فهم أفضل للخصائص الغردية لتلاميذهم

وتتضمن سجلات الوقائع :

- (١) وصف سلوك التلميذ وصفاً موضوعياً objective في علاقته المباشرة مع بيئته .
- (٢) وصف السلوك وصفاً موضوعياً ، ثم تفسيره ، والتوصية بما يمكن أن يكون عليه سلوك التلميذ في المستقبل ، وقد نستخدم هذا قوائم الملاحظة .

وينبغى أن يتضمن سجل الوقائع استجابات المفحوص السابقة والحالية عن :

- (۱) الحوادث التى قد يكون قد تعرض لها ، ومدى تأثيرها على حالته النفسية والبدنية .
- (٢) بيئته الاجتماعية مع مراعاة للوضع الاقتصادى والأصدقاء المحيطين به.
- (٣) تسجيل المعلومات والبيانات التي تترجم سلوك التلميذ أو المفحوص الفعلي على نحو يتضمن:
- ١ وصف أفعال وسلوكيات المفحوص ، واستجاباته المتباينة تجاه
 الآخرين ، وردود أفعاله ، ونوعية استجاباته إزاء المواقف المتباينة .
 - ٧- الاستشهاد بما يقوله المفحوص عن حالته النفسية والبدنية .
- ٣- ملاحظة حالة المفحوص ، بدنياً ونفسياً ، ورصد طريقة كلامه ، وإيماءاته ونوعية صوته (مرتفع ، خفيض ، عادى ... إلخ) وتعبيرات و جهه هل تنسم بالهدوء أم الخوف ، أم بالقلق والحيرة إلخ .

وفيما يلى شكل سجل الوقائع:

التاريخ:	الاسم:
المكان:	الفصل:
الوقائع	
الملاحظ (المرشد)	

ويفترض أن تكتب هذه التقارير يومياً ، سواء بعد انتهاء اليوم الدراسى أو أثناء فترات الراحة بين الحصص ، وتكتب إما بواسطة مدرس الفصل أم المرشد النفسى .

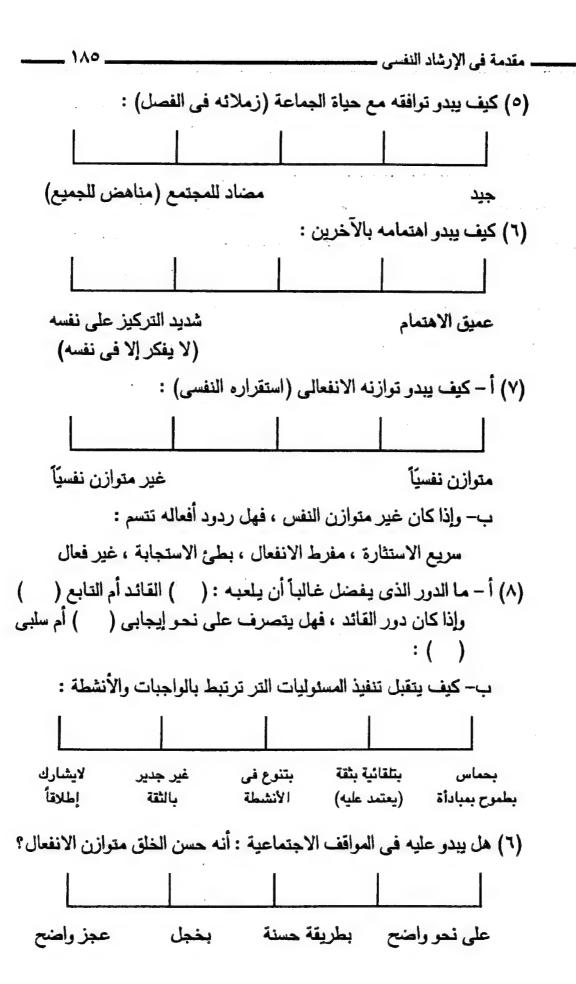
وثمة ملاحظة أساسية ، ففى المدارس الثانوية التى يتزايد فيها عدد الطلاب يكون من المستحيل على المدرس أن يملأ سجلات الوقائع هذه لكل الطلاب ، ومن ثم يفضل الكتابة فقط عن الحالات المنتقاة أو المختارة لظروفها الخاصة ، أو لإصابتها ببعض الحوادث .

ثانياً : مقاييس التقدير : Rating Scales

وتستخدم مقاييس التقدير كوسيلة من وسائل الملاحظة العلمية . وهذا النوع من المقاييس قد استخدم لأول مرة في بدايات عام ١٨٠٠ على يد الأسطول البريطاني لوصف حالات الطقس (المناخ) . واستخدمت على نحو مكثف أثناء الحرب العالمية الأولى في الولايات المتحدة الأمريكية لتقدير الكفاءة الشخصية لدى الضابط ، وفي أثناء الحرب العالمية الثانية ، تعاظم استخدام مقاييس التقدير الشخصى لدى الجنود ورجال الصناعة ورجال التعليم ..

وتتضمن أسئلة ذات طابع إرشادى ، غالباً ما يسعى الفرد بنفسه لتعرف إجاباتها قبل اتخاذه قرارات مهمة ، من ذلك : أى دراسة يتجه إليها ؟ أى كلية يلتحق بها ؟ هل من الأوفق أن يلتحق بكلية أم لا ؟ هل يتزوج هذه الفتاة أو لا ؟ هل من الأحسن أن يكون مهندساً أم طبيباً ؟ وهكذا .

وقد تتكون من قائمة من الكلمات أو الجمل الوصفية (أى التى قد تصف بعض الجوانب النفسية للفرد ذاته) ويتم التأشير أمام الجملة أو الكلمة التى تعبر عن المفحوص



تقييم التلاميذ لطريقة اللااختبار -Appraisal of students: Nontes Tech nique

استبيان بيانات التوجيه الشخصى الكلينيكى:

Guidance clinic personal data inventory

رقم الحالة:

التاريخ:

التوقيع

المرشد:

من فضلك أكمل بيانات هذا الاختبار بدقة قدر الاستطاعة ، وأعلم أن الهدف من جمع هذه المعلومات هو أن نكون عاملاً مساعداً لك في صنع قراراتك واختياراتك في الحياة ، ولسوف يتم التعامل مع المعلومات التي تزودنا بها بسرية تامة .

۱۸۷			اد النفسي ــــــــــــــــــــــــــــــــــــ	مقدمة في الإرش
			:	الاسم (كاملاً)
	•			العنوان:
		المرحلة :		المدرسة:
الجنس:	التليفون :		تاريخ الميلاد:	السن:
			:	معلومات عن المدرسة
المقررات الدراسية	سنوات الالتماق	المرحلة	اسم المدرسة	
	·			الابتدائی المتوسط (الإعدادی) الثانوی الکلیة مراحل أخری
لهل الموصنوعات: معب الموضوعات:	نسبة لك . أص ح المدرسة .	تفضيلاً بال نراغ خارج	موضوعات الأكثر موضوعات الأقل ا إيات في أوقات الذ ي تقرؤها بانتظام ؟ التي تمتعك عند ايات :	الد الأنشطة والهو ما المجلة التي

نوع النشاط

المسئول عن النشاط

ما الذي كنت تفضله أكثر من غيره فيها؟

سنرات المشاركة

متى:

النشاط المدرسي

المرشد:

خبرة العمل:

		الأسرة والمنزل :
السن:	هل يقيم معكم بالمنزل:	اسم الأب:
	سنوات الدراسة:	الوظيفة :
		اسم الأم:
	•	الإخرة والأخوات
		الحالة الصحية :
•	ى: هل سمعك طبيع	هل بصرك طبيع
-		
	ن أهم العوامل في تاريخك الصحي	
	كلمات التي تصفك على نحو جيد:	ضع خطا تحت ا
، حاضر البديهة ، هادئ شر (طيب) ، غير انفعالي ، ، جبان ، كسول ؛ متشادً سخر من الآخرين (تتهك	واثق من نفسك ، مثابر ، تعمل بج ، سريع الهياج ، خيالى ، مبتكر ، همة) ؛ جاد ، مهمل ، حسن المعشيع (خاضع) . غائب العقل ؛ منظم جدير بالثقة ، صادق ، مرح ؛ تسالوحدة . اجتال الموحدة .	وسواس ، متقلب المزاج سهل ، معوق (مثبط لل (مستقر) ؛ خجول ، مُط دائماً ؛ شدید الغضب ؛
	المستقبل ؟	ما الذي تخططه
	<u> </u>	
	عتد ها بحدية من أهدافك الممكنة ع	ما الوظيفة التي و
*	عتبرها بجدية من أهدافك الممكنة ؟ تى تود أن تناقشها مع المرشد النفس	

ثالثاً: المقابلة التشخيصية:

المقابلة الشخصية هي جوهر العلاج النفسي والإرشاد النفسي .. فلا يمكن أن نبلغ إلى النشخيص والفهم لحالة الفرد ، إلا من خلال المقابلة الشخصية ، فعن طريق المقابلة الشخصية يمكن دراسة استجابات الطالب الحالية ، وفهم ديناميات شخصيته الماضية ، والإرهاص بما يمكن أن تكون عليه في الحاضر ووضع خطة الإرشاد الحالية والمستقبلية .

وتتم المقابلة عن طريق الحوار الذي يتم وجها لوجه بين العمل والمرشد النفسى أو المعالج النفسى ، غايتها العمل على حل المشكلات التي يواجهها العميل والإسهام في تحقيق فهم أعمق لنفسه ولقدراته وإمكاناته وتحقيق توافقه مع الواقع ، تهيئ المقابلة للمرشد النفسى القيام بدراسة الحالة عن طريق المحادثة المباشرة ، التي ينبغى أن تتسم بالعلاقة الودية التي تتيح للمفحوص أن يتحدث عن أسراره الخاصة ، وأن ينفس عما يؤلمه ويحيره ويثقل على نفسه ، في إطار من الثقة المطلقة بالكتمان والحفاظ على أسراره وحسن إرشاده من قبل المرشد .

وتختلف إجراءات المقابلة باختلاف أهدافها: فقد يكون هدفها اختيار بعض الطلاب لتخصصات معينة ، وقد يكون هدفها الالتحاق بالكليات العسكرية ، وقد يكون هدفها إحساس العميل بالشدة والقلق والاضطراب .

ونتيجة لتباين الأهداف من المقابلة ، يختلف بنيان المقابلة ، حيث يتم التخطيط لها وتصاغ أسئلتها التي تهدف إلى الحصول على المعلومات عن تاريخ وحاضر وخصائص شخصية الطالب ، وطبيعة المشكلة التي يواجهها .

وتطرح الأسئلة على العميل بمرونة ، فيوجه الأخصائي ما يراه ملائماً من الأسئلة ، وقد يلجأ إلى مختلف الأدوات التشخيصية مثل الاختبارات والفحوص المعملية والسجلات وما إلى ذلك من أدوات تشخيصية ، تسهم في جمع البيانات عن الحالة المراد دراستها . وتتوقف قيمة المقابلة على قيمة المرشد الذي يتعين عليه أن يحسن الاستماع ، فهو ينصت ويعين العميل على أن يتكلم بحرية ممسكاً بزمام الحديث بمرونة ووعى ومهارة وفعالية ، من شأنها أن تجعل العميل يشعر بالثقة والاطمئنان الأمر الذي ييسر له الانتقال من الخبرات الشعورية الحية إلى مستويات أعمق منها .

وينبغى أيضاً أن المحسن الملاحظة، فيتنبه إلى ردود الأفعال الانفعالية وانعكاساتها على تعبيرات الوجه وحركة اليدين والجسم ونوعية التفاعل اللفظى والتغيرات في حجم الصوت ونوعه أو حالات الصمت ، وما يترتب على انفعالاته من

توتر عضلى أو تغيرات في لون الوجه ، وتلعثم في الحوار وعلى المرشد المتمرس أن يستفيد من هذه التغيرات محاولاً إعطاءها دلالة وتفسيراً ، في سياق من الوقائع المستمدة من كافة الأدوات المستخدمة في التشخيص .

وثمة عامل آخر مؤثر في نجاح المقابلة الشتخيصية وهو معظهر المرشد وأسلوبه، في طرح الأسئلة والتعامل مع العميل ، من خلال مظهره اللائق ونضجه المهنى ، الذي يدل على مهارته وقدرته على التعامل مع الحالات النفسية والمشكلات الطلابية .

والعميل يضيق بالمرشد الذي يبدى الدهشة والعجب من المشكلات المطروحة عليه ، كما يضيق بمن يستمع إليه بعدم اكتراث أو اهتمام ، ومن ثم يفترض في المرشد أن يتقبل حالة العميل كما هي في الواقع ، ولا يلعب دور الأب أو الأم ، ولاينصب نفسه حارساً للقيم أو الأخلاق ، بل يكون موضوعياً يحاول أن يساعد العميل على التنفيس عما يؤرقه ويضايقه ويشعره بالدونية أو الإثم ونحو ذلك .

ومن المفيد جداً أن يتجنب الأسئلة التي يجاب عليها به ونعم، أو والا وأيضاً الأسئلة والإيحائية، التي توجه الحديث نحو إيحاءات قد لا يكون لها وجود لدى العميل.

ولهذا يتحتم على المرشد أن يتكيف مع الفردية الفريدة لكل حالة ، فكل إنسان هو هوية فريدة في نوعها ، بصمة غير قابلة للتكرار .

وإنها تمثل ثراء إنسانياً كبيراً ، ولهذا يدافع البورت عن شرعية دراسة الحالة الفردية بوصفها أداة للبحث العلمى ، فينادى أن كل حياة مفردة تستحق في حد ذاتها أن تكون موضوعاً للدراسة ، وأن الإنسان الفرد هو أكثر من ممثل لأى جماعة أو طبقة ، وأنه أكثر من مجرد نقطة التقاء متغيرات متعددة ، ولذلك يتعين دراسته ككل .

ويدعو دولارد إلى الأخذ بدراسة الحالة بوصفها منهجاً علمياً ، في صنوء سبعة محكات ، النظر إلى الفرد بوصفه رمزاً لثقافة معينة ، وفهم دوافعه في صنوء مطالب المجتمع ، وتقدير الدور الذي تقوم به الأسرة في نقل ثقافة المجتمع ، إظهار الطرق التي ترتقى بها الخصائص البيولوجية إلى سلوك اجتماعي والتفاعل مع الصغوط الاجتماعية والنظر إلى استمرارية السلوك الإنساني عبر المراحل النمائية ، ويتم ذلك في سياق من دراسة تاريخ الحياة .. ولهذا يتعين على المرشد أن يحسن اختيار كلماته، وفقاً للوعية الموقف ، فالتعبير اللفظي يختلف باختلاف الطبقات

الاجتماعية والخلفيات الثقافية .

وترتيب مجالات المقابلة التشخيصية وما تنطوى عليه من أسئلة لابد وأن يساير المقاومة الشخصية للفرد ، مع التركيز على فهم الدلالة الانفعالية التى يكون عليها العميل في المقابلة .

مصادر المعلومات في دراسة الحالة :

تتعدد مصادر المعلومات الواردة في دراسة وتشخيص الحالة بتعدد المصادر ، الذي يتمثل بعضها في :

- (١) الملاحظة وما تنطوى عليه من طرائق وأساليب علمية مقننة .
- (٢) سجل الوقائع الحياتية بالنسبة للطالب ، والذى يحتوى على أهم الوقائع الحياتية بالنسبة له .
 - (٣) البيانات الكمية والكيفية المتمثلة في نتائج الفحوص الطبية والمعملية .
- (٤) مقاييس التقدير الذاتى والتى تعكس بعض الخصائص المميزة لشخصية الطالب .
- (٥) البيانات التاريخية المستمدة من السجلات والوثائق والمقابلات ، وتشمل : التاريخ الأسرى والشخصى والاجتماعي والمهنى والتعليمي .
- (٦) الطالب نفسه باعتباره أهم مصدر للمعلومات ، وأنه الوحيد الذي يستطيع أن يكتب تاريخ حياته بنفسه .

وفيما يلى مجالات المقابلة الشخصية:

مجالات المقابلة التشخيصية:

(١) الجال الأول : (المشكلة الحالية)

وتمثل المشكلة التى يستشعرها العميل ، والتى دفعته دفعاً إلى اللجوء إلى المرشد النفسى طلباً للإرشاد والمساعدة فى الحل ، ولهذا ينبغى أن تتركه يتحدث عن مشكلته بحرية ، موضحاً ما يعانيه ويكابده ، دون تدخل إيحائى منا فى تساؤلات من نوع هل تشعر بكذا ، وهل تعانى من كذا

A service of the contract of t

(٢) المجال الثاني : (بيئة الطالب)

وتشمل البيئة الجغرافية والاجتماعية والثقافية والاقتصادية ، وبخاصة ما يكون قد وقع من تغير مهم فيها مثل الهجرة أو الانتقال من مكان إلى مكان ، أو تغير في المستوى الاقتصادي والتقاليد الغالبة على الأسرة .

(٣) الجال الثالث : (الأسرة)

وتحتوى على أسئلة عن: عمر الوالدين ، إذا كانا على قيد الحياة ، وإذا انتقل أحدهما أو كلاهما إلى رحمة الله ، فنسأل متى .

تعليم الوالدين ، الخلفية الاقتصادية والاجتماعية ؛ السمات المميزة لكل من الوالدين : (التسامح ، العنف ، القسوة ، الهدوء ، القلق ، العناد) .

استمرار الوالدين معاً ، أم انفصالهما عن بعضهما بالطلاق أو تعدد الزوجات موقع الابن من الأسرة : هل هو البكر أو الابن الثاني أو الوسط أو الأخير .

علاقاته بوالديه ، وأيهما يفضل ، وعلاقاته بأخوته البنات والبنين وأيهما يفضل.

نسأل عن الطريقة التي تمت بها تربيته (هل كانت تتسم بالقسوة ، بالتسامح ، بالإهمال ، بالرعاية المفرطة ، بالتسلط إلخ) .

وهل تعرض للعقاب كثيراً أم قليلاً وما نوعية استجابته ؛ ونسأل عن طبيعة العلاقة بين الوالدين ، وهل كانا يفضلان أحد الأخوات عليه أم كانت العلاقة تتسم بالتوازن والعدل في معاملة الأخوات .

ونسأله أخيراً عن استجاباته للمواقف هل تتسم بالعناد ، التردد ، الخوف ، القلق، عدم الاكتراث

ونسأل: عن الاضطرابات العقلية والنفسية الحادة في الأسرة ، والصحة البدنية لأفراد العائلة ، واتجاهات الطالب نحو العلاقة المحتملة بين الاضطرابات الانفعالية والبدينة .

(٤) المجال الشخصى : (الطفولة)

ظروف الولادة (طبيعية أم قيصرية أم غير طبيعية) طريقة الرضاعة الفطام والتسنين ، الاستجابة لمحاولات ضبط الإخراج والتبول ، بداية المشى وهل مارس عادة قضم الأظافر ، وعند أى مرحلة عمرية استمر يعانى من التبول اللاإرادى ، وهل

يبلل الفراش ، أو أن قصم الأظافر ارتبط عنده بظروف أسرية كميلاد أخ جديد وأى نوع من الأطفال كان (طيب ، متسامح ، متعاون ، مطيع ، محب للظهور ، خجول ، سلبى ، عنيد ، يميل إلى اللعب والشقاوة أم العزلة والهدوء) .

(٥) المجال التعليمي :

السن عند الالتحاق بالمدرسة ، ونوعية الاستجابة ، المواد المفضلة والمواد المكروهة ، مستويات التحصيل (منخفضة ، متوسطة ، عالية) ، الصدقات المدرسية (كثيرة ، قليلة ، عارضة ، عميقة) ، عضوية الجماعات المدرسية ، وهل كان تلميذا بارزا ، أم محدود الأفق ، وهل يميل إلى النشاط العضلي أم إلى العمل الفكري والذهني أم يجمع بين الاثنين . ونسأله عن علاقاته مع أساتذته وهل ترك أحدهما تأثيرا إيجابيًا أم سلبيًا عليه ، ونسأله عن الميول والهوايات والأنشطة الرياضية والدينية والاجتماعية ، القراءات المفضلة (دينية ، سياسية ، فكرية ، اجتماعية) .

(٦) الجال السادس: (المراهقة)

متى وكيف اكتسب معلوماته الجنسية الأولى عن ولادة الطفل والعلاقة بين الأبوين ، الخبرات الجنسية الأولى (الاستمناء ، اللعب الجنسى ، العلاقات مع الجنس نفسه أو من الجنس الآخر ، الاستجابة للنشاط الجنسى ، قلق ، شعور بالإثم ، تقزز ، إشباع ، إلخ،) .

وهذا المجال يمثل أمراً شاقاً بالنسبة للطالب ، وفي هذه الحالة قد يلجأ المرشد إلى الأسئلة غير المباشرة .

وأخيرا وثمة نقاط توضيحية يقوم بها المرشد نفسه عن طريق ملاحظة :

- * المظهر الجسمى العام للطالب ، العمر الظاهرى ، هل يبدو عليه المرض أم الصحة ، اعتدال القامة ، شذوذ الجسم ، العادات الحركية (نشاط زائد ، رعشة ، تصبب ألعرق ، خمول في الحركة والكلام) .
- * الطريقة التي يحيى بها المرشد تتسم بالتحفظ .. بالإقدام .. بالخوف والتردد.
- * حالة الملبس والأظافر ورائحة الجسم ، وأى علامات غير عادية فى الوجه، مثل : التشوهات والندبات ، التعبيرات الحركية ، تعبيرات اليدين والوجه .
- * الاستجابة للمقابلة : تتسم بالعدوانية .. بعدم الاكتراث .. الحماسة .. الخجل .. التردد .
- * مدى انتباهه وتتبعه لما يجرى في المقابلة ، وتكيفه مع ظروف المقابلة (هل

مشتت الانتباه ، قلق ، غير مستقر ، غير آمن ، هل يسعى إلى الاطمئنان ، هل يكثر من تبرير سلوكه ، هل يشعر بالضيق .

- * طريقة الكلام: هل يتكلم بحرية وطلاقة أم بخوف وحذر ، هل أقواله متماسكة ومترابطة أم شاردة ولا رابط بينها ، هل يصفى على كلامه شيئاً من الرمزية والغموض أم يتكلم بوضوح ؛ بذاته الصوتية مرتفعة أم منخفضة ، مترددة وراهنة أم قوية ومعبرة ومباشرة ؟ هل يميل إلى المأساة في الكلام ، وهل تتناسب حركات الجسم واليدين والوجه مع طبيعة الموقف، هل تظهر عليه تغيرات فسيولوجية مصاحبة (رعشة في اليدين ، تصبب للعرق ، برودة للأطراف ، شعور بالضعف والوهن ، وعدم التناسق البصرى ، إلخ) .
 - * الحالة المزاجية السائدة : مرح ، كآبة ، لا مبالاة ، خوف .

* التقلب في الحالة المزاجية : من التوتر إلى الهدوء ، من الضحك إلى البكاء ، أم تمضى المقابلة دون تغيرات مزاجية تذكر .



.

_____ الإرشاد النفسى لذوى الاحتياجات الخاصة ____

يلعب الإرشاد النفسى دوراً محورياً في رعاية المتخلفين عقلياً وفي الوقاية منه إلى حد كبير ، فهو جزء من الرعاية النمائية والوقائية والعلاجية .

وهذا الدور مردود إلى اهتمام الإرشاد النفسى بمساعدة الطفل المتخلف أو المعرض للتخلف العقلى على تنمية قدراته وإشباع حاجاته النفسية ، ومساعدته على الإفادة من الأنشطة والخبرات المتاحة له في بيئته .

وإضافة إلى ذلك يسهم الإرشاد النفسى فى تحسين الظروف البيئية التى يعيش فى كنفها الطفل ، وذلك بالإرشاد والتوجيه لتوفير المثيرات البيئية ، التى تسهم فى تشكيل شخصية الطفل .

وتتعدد التعريفات الخاصة بالإرشاد النفسى وتتنوع ، ولعل من أهمها أن الإرشاد النفسى في مجال التربية الخاصة ما هو إلا مجموعة من الخدمات الإرشادية أو البرامج الإرشادية ، التي يطلق عليها البعض اسم العلاج النفسى بينما يسميها آخرون التوجيه النفسى .

وهذه الخدمات الإرشادية تهدف إلى دراسة حالة الطفل وتشخيص قدراته وتوجيهه من خلال المقابلات الإرشادية والبرامج ، التى تحقق له الرعاية المناسبة وترشد أسرته إلى ما فيه مصلحة الطفل النفسية والعقلية والمهنية ، ومتابعته فى البيت والمدرسة ومراكز التدريب والتأهيل .

ويقوم بخدمات الإرشاد النفسى فريق من الإخصائيين ، يتكون عادة من الأخصائى النفسى ، والأخصائى الاجتماعى والتربوى والمعالج النفسى والطبيب ، ويهدف هذا الفريق الإرشادى إلى :

- ١ دراسة حالة الطفل وتشخيص قدراته وظروفه الأسرية .
- ٢- تحديد مكان رعاية الطفل وإقامته وفقاً للإمكانات المتاحة للمجتمع .
 - ٣- إعداد برنامج الرعاية المناسبة للطفل .
 - ٤- الإشراف على تنفيذ هذا البرنامج ومتابعة الأسرة للاستفادة منه .
- ٥- استمرار إرشاد الطفل وأسرته ومدرسيه ومشرفيه في المدرسة ودور التأهيل

المتباينة.

ولعل أهم ما يقوم به الإرشاد النفسى هو دراسة حالة الأطفال ، قبل وأثناء وبعد الولادة لهدفين :

الأول : تصنيف الأطفال وفقاً لظروفهم الاجتماعية والصحية لتعرف الأطفال المحتمل تعرضهم للتخلف العقلى ، وهذا الهدف وقائى في الأساس .

الثانى: تشخيصى: يقوم على دراسة عميقة ومطوقة تشمل كافة جوانب نموه ومستوى قدراته العقلية، ومظاهر نموه البدنية، وطبيعة الظروف الاجتماعية والاقتصادية والثقافية التي يعيش في كنفها الطفل.

ولبلوغ هذين الهدفين يسعى التشخيص إلى:

- (۱) معرفة المعطيات التاريخية الخاصة بالطفل قبل الولادة ، والتي تتمثل في (طروف العمل ، هل كان حمله مرغوباً فيه من الناحية الوجدانية لدى الوالدين أم مرفوضاً ، وهل كانت الولادة طبيعية أم قيصرية ، وماالأمراض التي أصيبت بها الأم) .
- (٢) النمو المعرفى : حيث الانتباه والإدراك والتذكر وتكوين المفاهيم والتصورات والعمر العقلى ونسبة الذكاء .
- (٣) النمو الحركى: حيث التآزر بين العينين واليدين ، وتوجيه اليد للإمساك بالأشياء ودفعها ولمسها وكيفية استخدام المهارات الحركية في الزحف والحبو والمشي .
- (٤) النمو اللغوى: حيث القدرة على التعبير الحركى والابتسامة والحركات والنطق والتعبير بجمل وعبارات .
- (°) السلوك الاجتماعى : حيث قدرة الطفل على الاعتماد على نفسه فى الأكل والملبس والنظام والنظافة والقدرة على الاحتكاك والمبادأة بالمواقف ومحاكاة الآخرين والتواصل اللفظى والانفعالى مع الآخرين .
- (٦) التحصيل الدراسى : تاريخ الطفل وخبراته المدرسية ومدى الاستفادة منها.
- (٧) الحالة الصحية: حيث معرفة التطور النمائي للطفل والصحى ، والإصابات والأمراض التي تعرض ، وما يمكن أن يترتب على ذلك من أعراض .

والتشخيص في الإرشاد النفسى ، شأنه شأن التشخيص في العلاج النفسى له هدفين حال ومقبل . حال : ويتم فيه تشخيص حالة الطفل كما هو الآن ، حجم

الإعاقة ونسبة الذكاء والأعراض التى يعانيها . ومقبل : أى ما يمكن أن يكون عليه وضعه فى المستقبل إذا ما أحسن علاجه ، أو إذا ترك بغير علاج أو إرشاد أو تدريب وتأهيل .

وفى ضوء هذه الأهداف يتم توجيه الطفل إلى المكان المناسب لرعايته ، وإعداد البرامج التي تساعد على استثمار المتاح له من الإمكانية والقدرة والفعل .

ومن شأن هذه البرامج أن تنمى ثقة الطفل فى نفسه وفى بيئته ، ومن خلال مساعدته على إشباع حاجاته إلى الأمن والإنجاز التقدير بلوغاً إلى مفهوم لا بأس عن ذاته .

ولهذا يعتمد الإرشاد النفسى على التواصل اللغوى وغير اللغوى ، حيث الكلام والتعبيرات الحركية كالرقص والرياضة والمسابقات والرسم والموسيقى واللعب وما إلى ذلك .

ولكى ينجح الإرشاد النفسى مع المتخلفين عقليا ، يجب أن يهتم المرشد بما يسمى بالعلاج التصحيحى Correct therapy الذى يهدف إلى تحسين مظهر الطفل ، ويشمل علاج بروز الأسنان ، أو تشقق الشفاة ، أو إزالة أصبع زائد ، أو لحمية الأنف أو أية تشوهات أو أسباب جسمية أو نفسية للتبول اللإرادي أو ضعف السمع أو عدم الاتزان الحركي أو سيلان اللعاب من الفم ، وغير ذلك من الأعراض التي تؤثر على مظهر الطفل نظافته ورائحته .

كما يجب على المرشد الاهتمام بتصحيح عيوب النطق وتنمية محصوله اللغوى وتدريبه على السلوك الاجتماعي المقبول ، من خلال المناشط الفعالة السابق ذكرها كالرياضة والرسم والموسيقى والمسابقات والرحلات .

الإرشاد النفسي للوالدين:

يعتبر إرشاد الوالدين جزءاً لا يتجزأ من عملية الإرشاد النفسى فيها ، المعلم الأول للطفل ، ومن خلالها قد يتعلم الطفل المهارات والخبرات الأولية ، ولا يمكن رعاية الطفل المتخلف عقليا دون مساعدة الوالدين واضطلاعهما بمسئولية إزالة الطفل من حيث الرعاية والحماية وتنمية الثقة في ذاته ، وفي قدراته وتشجيعه على تنمية مهاراته الحسية والحركية والاجتماعية .

غير أن المشكلة تكمن في أن كثيراً من الآباء يجهلون كيفية التعامل مع أبنائهم، إما لجهل بحاجات الطفل ، أو لنقص في الخبرة أو الإهمال وتراخ في تنفيذ الواجبات أو لعدم توافر القدرة الممكنة لرعاية الطفل .

ومن هنا فلابد من إرشاد الآباء وتبصيرهم بما ينبغى عمله وكيفية عمله فى حدود الممكن والمستطاع لدى الأسرة ، ولهذا يهدف الإرشاد إلى تنمية قدرات الوالدين حتى يتمكنا من الاضطلاع بمسئولية الابن المتخلف عقلياً ، ويتم ذلك عن طريق الإرشاد الموجه والمباشر للوالدين لمعرفة شخصية الوالدين واتجاهاتهما ودوافعهما تجاه ابنهما المعوق ، لأمرين :

الأول: إن هذا الفهم يتيح للمرشد النفسى فرص تصميم برامجه ، وفقاً لما يتمتع به الوالدين من سمات شخصية وقدرات واستبصار .

الثانى: إن الآباء يختلفون فيما بينهم فى درجة تقبلهم ورضاهم بقضاء الله وقدره فيما يتصل بتخلف أحد أبنائهم .

وهذا التباين في الاستجابة نحو إعاقة الابن يتلخص في :

- (١) القلق والشعور بالذنب والإحباط واليأس والعجز عن مواجهة المشكلة .
 - (٢) التشكك في التشخيص .
- (٣) الاعتراف بتخلف الطفل ، دون فهم لما يمكن القيام به في المستقبل .
- (٤) التبصر بمشكلة الطفل والرضا بقضاء الله والسعى إلى علاج الطفل وإعادة تأهيله .
 - (٥) إنكار التخلف وعدم الاعتراف به .
 - (٦) الحماية الزائدة التي قد تتمثل في مشاعر استبصار لما ينبغي القيام به .
 - (٧) النبذ المقنع : حيث ظهور الاتجاهات السالبة والمنكرة للطفل .
- (٨) النبذ الصريح: حيث الإحساس بالعدوانية والكراهية والرفض لطفلهم المعوق عقلياً.

وتكشف بعض الدراسات التي أجريت على مجموعة من المتخلفين عقلياً ، خضعوا لبرامج إرشادية لمدة ستة شهور عن تحسن في النواحي الذهنية والشخصية والعقلية .

وتتمثل بعض الانحرافات السلوكية والمشكلات النفسية التي يعانى منها المتخلفين عقلياً من فئة متوسطى التخلف في : الفشل في التحصيل الدراسي ، القلق والمخاوف المرضية ، التمرد والخروج على النظام ، الفشل في تكوين علاقات طبيعية مع الآخرين ، العدوانية والتخريب ، عدم الاستقرار ، والنشاط الزائد ، والتبول اللاإرادي ، والجنسية المثلية الموجبة والسلبية ، وصعوبات النطق والكلام ، والعيش نهباً للهذاءات والهلوسات البسيطة .

ولعل من أهم أهداف الإرشاد النفسى تحقيق علاقة ودودة بين المرشد والمسترشد ، ومن شأن هذه العلاقة أن تنمى معابر الثقة والالتقاء بين طرفى العملية الإرشادية ، ومن ثم تبصير الطفل بقدراته وإمكاناته وتوجيهه لاستثمارها والاستفادة منها والتخفيف من حدة القلق والشعور بالدونية والإحباط عن طريق :

أولاً : تنمية ثقة الطفل بنفسه عن طريق الأنشطة الحركية والعقلية التي يستخدم فيها مهاراته وقدراته ، الأمر الذي يشعره بالقدرة والمقدرة ، ومن ثم الشعور بالاستحسان وتقدير الذات .

ثانياً: مساعدة الطفل على تقبل ظروفه النفسية والاجتماعية وتدريبه على تحمل الإحباط.

ثالثاً: تعديل اتجاهاته نحو نفسه وأسرته والمجتمع من حوله .

رابعا: تنمية الشعور بالمسئوليات وتشجيعه على المبادرة في المواقف.

خامساً: التخفيف من حدة القلق حيث الخوف من الآخرين والشعور بالدونية والإحساس بعدم الكفاية والنظر إلى الآخر كوجه محبط وعدواني عن طريق الجلسات العلاجية وتصحيح بعض المفاهيم الخاصة به عن المجتمع والناس.

هذا ، ويتجه العلاج النفسى والإرشاد النفسى فى مجال خدمة المعوقين إلى تبنى الاستراتيجيات العلاجية والإرشادية ، التى من شأنها أن ترد إلى المعوق إنسانيته المستلبة ، وتعيد إليه الإحساس المتين بالذات ليعبر عن ذاته حسياً ووجدانياً وعقلياً ، عن طريق ، دمجه، داخل المجتمع وتأهيله تأهيلاً إيجابياً فعالاً .

ومن بين الذين يتبنون هذا الاتجاه الإيجابي في التربية الخاصة الدكتور فاروق صادق ، الذي حدد بعض الأسس والمبادئ التي ينبغي اتباعها في بناء البرامج الخاصة بالمعوقين ، من أجل دمج هذه الفئة من الناس داخل المجتمع عن طريق استخلاص الأصول والمبادئ ، التي يمكن الاعتماد عليها في تعميم وبناء البرامج في صورة عرض منظم لأهم المفاهيم والنظم والبرامج ، وملامح وشروط نجاحها ، وكيفية تقديم الخدمات للأطفال من ذوى الإعاقة في أي مرحلة من مراحلها ، وتوزيع الرعاية بين الاخصائي والأسرة والمجتمع ، كما تتناول هذه المفاهيم التخطيط المسبق للوقاية الأولية والثانوية كجزء من برنامج الرعاية النمائية للطفل المتخلف عقلياً .

وتتحدد هذه «المفاهيم» والمبادئ والأصول في بناء البرامج في الوصايا العشر التالية:

أولاً : حق "المعوق" في الخدمات الخاصة حق مستمر:

The Right of The Handicapped For Contineous Services

تبلورت فلسفة التربية الخاصة والتأهيل في أن الطفل الذي لديه إعاقة إنسان كأي إنسان له حق في الرعاية الصحية والتعليمية والاجتماعية والتأهيلية في جميع مراحل نموه وتطوره ، كما أن له حق العمل والتوظيف في مرحلة العمل ، وله حق تكوين أسرة بالزواج (إن لم يكن هناك محدد يمنع من ذلك) كما أن له حق الحياة في سياق الحياة الاجتماعية في المجتمع ، والتمتع بما يتمتع به كل مواطن من حقوق مادية أو اجتماعية أو إدارية وعليه كل واجبات المواطنة (حسب إمكاناته وتوجهاته) ؛ أي إن الفرد الذي لديه إعاقة هو مواطن له حق المواطنة وعليه واجباتها بقدر استطاعته وتحمله لمسئوليته ولقد ارتبطت هذه الحقوق بمبدأ تكافئ الفرص Equality عقيدة أو أصل عرقي أو جنسي أو غيرها من دواعي التمييز بين الأفراد .

ولقد ارتبطت معظم هذه الأفكار بالفكرة الديمقراطية الحديثة في معظم الكتابات الغربية في طرق إدارة الحكم والتنظيم الإداري للدولة .

ولا يخفى علينا أن هذه الفلسفة إسلامية في الأصل ، أرسى أسسها القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة وسلوك الخلفاء الراشدين ورجالات الدين الإسلامي في كل العصور ، فلا فضل لعربي على عجمي إلا بالتقوى، .

فقد أرسى الإسلام حقوق المواطنين في الرعاية على أسس شرعية لا تحتمل التأويل أو التزييف أو المزايدة ولقد تواجدت الاختلافات في الفلسفات أو الإمكانات ، أو في التطبيق بين دول العالم واختلفت الأولويات ، ولذلك اهتمت منظمة الأمم المتحدة ووكالاتها المتخصصة بهذه المشكلة فأفردت لها جلسات متتابعة من الجمعية العامة للأم المتحدة منذ أوائل الستينيات من هذا القرن ، ثم اتبعتها مؤتمرات في الوكالات المتخصصة ، وخلصت إلى دستور بين دول العالم بوضع برامج التربية الخاصة والتأهيل للمعوقين ضمن خطط التنمية الاجتماعية في كل دولة ، وأن نقدم التقارير من الوزارات المعنية بكل دولة إلى مسجلس وزرائها ، ومن ثم إلى وكالات الأمم المتحدة للمتابعة والتوجيه ، ولقد تشكلت اللجان الدولية لمتابعة هذه الأمور .

ولقد برزت منظمة الصحة العالمية "WHO" ومنظمة العمل الدولية "ILO" واليونسيف "UNICEF" واليونسكو "UNICEF" في أداء هذه الأدوار ؛ حفاظاً على حقوق الأطفال ذوى الإعاقة في تلقى الرعاية داخل مجتمعاتهم ومتابعتها .

أما عن استمرارية حق الخدمات . . فقد أصبحت وضرورة الاستمرار الرعاية التي يستمر معها استمرار التوافق والمساندة في جميع مراحل العمر ، التي يمر بها الفرد من ذوى الإعاقة .

ولابد من توافر خدمات عمرية متمايزة حسب مرحلة عمر الإعاقة منذ الطغولة إلى المراهقة إلى الرشد ثم الشيخوخة ، فقد أثبتت البحوث العلمية أهمية هذه الخدمات فى دعم حياة الإعاقة ومساندتهم ؛ للتغلب على مشكلاتهم الشخصية والأسرية والمهنية فى مراحل حياتهم المختلفة .

المبدأ الثاني: دمج «المعوقين» في خطة التنمية الشاملة للمجتمع:

Integration of the Handicapped in the Society

لقد مارست كثير من الدول عزل الأفراد من ذوى الإعاقة فى مؤسساتهم أو مستعمراتهم لفترة قصيرة أو طويلة ترتبط بتعليمهم وإعدادهم مهنياً على مهن تصلح لهم ويصلحون لها ، وارتبط بخطة إعدادهم فى عدد من المهن أو الحرف ، التى جرت العادة على توجيههم إليها حسب إمكانات كل مؤسسة .

ولقد أوضحت البحوث العلمية عدم صدق كثير من المبادئ والممارسات ، التى تعتمد على «مفهوم» أو خبرات محددة سبق الاعتماد عليها في ممارسات القبول أو التسكين أو التصنيف أو التوجيه المهنى . كما اكتشفت البحوث بأن الطفل ذا الإعاقة «كفرد» يصعب وصفه حسب معيار واحد أثناء تقديم الخدمات إليه ، وفي كل مراحله العلمية أو التأهيلية .

فالجانب العلمى يقتضى منا اكتشاف ميوله واستعدادته ومهاراته المتعددة ، ليس في النواحى الأكاديمية فقط في القراءة والكتابة والحساب ، ولكن في مجالات الإنتاج الأخرى الزراعي منها والحيواني والصناعي والتجاري ، وفي الجوانب الابتكارية منها كالجوانب الفنية أو الأدبية .

فالفرد الذى لديه إعاقة وإنسان، له إمكاناته وقدراته ، ومهمتنا العلمية اكتشاف تلك الإمكانات والقدرات ورعايتها وحصادها فى مصلحة المجتمع بأسلوب علمى وحضارى وإنسانى .

إن المبدأ الإنساني يقتضى منا ، ويتطلب منا رعايته صحياً وتعليمياً وتأهيلياً والمجتماعياً ومهنياً حتى تؤدي الرسالة أهدافها .

والخلاصة أن الإنسان الذى لديه إعاقة لابد من رعايته كفرد له إمكانات وقدرات ، كما أن به قصورات ، وعلى البرنامج المعد له إدخال تلك المفاهيم فى الاعتبار لإعداده مواطناً يقوم بواجباته استثماراً لكل إمكاناته فى سياق الحياة الاجتماعية ، وأن يكون الفرد الذى لديه إعاقة هو فى عمله وإنتاجه ، وكيانه جزء من الخطة التنموية للمجتمع الذى يعيش فيه .

يقتضى الدمج أيضاً أن تعطى الخدمات في جو عادى من الحياة الطبيعية ذات الإيقاع الطبيعي للحياة اليومية بقدر الإمكان ، وبأقل قدر من المحددات البيئية التي تمنع تفاعله مع الحياة الطبيعية للأفراد العاديين .

المبدأ الثالث: الأخذ بالنظم متعددة التخصصات في رقم البرامج:

Multidisciplinary Approach

من المألوف أن يحتاج الفرد الذى لديه إعاقة إلى عدة خدمات تخصصية ذات كفاءة عالية ، حتى تتكامل الجهود وتوفق فى تقديم فرص نمو متكاملة من النواحى الصحية والتعليمية والتأهيلية والمهنية ، وتضمن للفرد ذى الإعاقة فرص النجاح فى الاندماج فى مجتمعه فى سن الرشد .

وتعتمد بعض الدول المتقدمة كالولايات المتحدة مثلاً في تقديم خدماتها والحكومية، عن طريق وزارة واحدة للخدمات، (بالإضافة إلى المجهودات اللانهائية للمؤسسات غير الحكومية والدينية)، وبعض الدول الأخرى ينجح عن طريق تجنيد الخدمات المتكاملة في مؤسسات غير حكومية أو أهلية أو محلية ينشط دورها في رعاية المعوقين، تتضاءل بجواره المجهودات الحكومية، كما هو الحال في الدول الإسكندنافية من السويد والنرويج والدانمارك وفنلندا والتي تتميز برامجها بالمرونة والكفاءة العالية.

ولقد بدأت المحاولات الجادة منذ بدء السبعينيات من هذا القرن في الدول العربية بعامة ، ودول الخليج بخاصة لتشكيل هيئات عليا بكل دولة ، ثم بجامعة الدول العربية لرسم الخطط وتحييد السياسات والأولويات ، وطرق تنفيذها بدولها لصمان تكامل الاستراتيجيات ، التي تضمن تحقيق التكامل بين الدول في تنفيذ برامج فعالة للأفراد من ذوى الإعاقة في جميع مراحل حياتهم .

والمعروف أنه على الرغم من الجهود الدائمة فى هذا المجال ، إلا أن تقييم النواتج وتقنين البرامج ومتابعتها ما زال يحتاج إلى المزيد ، إذا ما قارنا بين البرامج العربية والمستوى السائد حالياً فى الدول المتقدمة .

المبدأ الرابع : توفير البدائل عن اختيار برنامج لطفل معوق :

Alternatives

إن المتغيرات التى تحدد خصائص الفرد من ذوى الإعاقة متعددة ، فمنها متغيرات الطفل ، كالسن والجنس ومدى القصورات التى تحدثها الإعاقة ، وهى تشمل نوع الإعاقة وشدتها ومدى القصورات التى تحدثها الإعاقة فى الفرد ، ونوع ومدى الإمكانات التى تتوافر لديه ، كما أن هناك متغيرات خاصة بمكان الخدمات ونوعها ، وتركيزها ومداها ومدى تأثير هذه الخدمات على الطفل ، ومدى الإمكانات المتوافرة فى مكان تأدية الخدمة ومدى كفاءتها فى إحداث التغيير المطلوب فى الطفل ؛ بحيث تؤدى به فى النهاية إلى أكبر درجة من النمو الكمى والكيفى ، وفى مدى اعتماده على نفسه ثم استقلاليته .

ويعتقد العلماء بأنه من الأفضل عند اختيار خدمات الطفل ذى الإعاقة أن تتحقق فى الخدمات خصائص الكفاءة والمرونة والتنوع بحيث تكون البيئة الخدمية أو الاجتماعية من حولها أقل عزلاً وأقرب دمجاً مع الأسوياء .

وهذا يتطلب من المؤسسات كثيراً من التعديلات في نظم القبول وتحديد المعايير والمرونة في التسكين والملاحظة والمتابعة في ضوء خصائص الطفل ، والتنوع في الخبرات والممارسات والتنوع في أساليب العمل والتقويم ، وتعدد الاتجاهات في الانطلاق بالطفل إلى عالم الغد .

المبدأ الخامس : تكامل التشخيص في وقت مبكر والاهتمام برسم مستقبل الطفل

Early Identification and Prognosis

تتسبب الإعاقة في تعطيل ملامح النمو المتكامل عند الطفل ، فكلما تم تعرف مسببات أبعادها في وقت مبكر ، وكلما قدمت الخدمات للطفل المعوق في وقت مبكر ، تم حصر آثارها الأساسية والفرعية في نطاق أضيق ، وكانت القصورات لدى الطفل أقل أثراً على نموه المتكامل .

ويحتاج التشخيص المتكامل والمبكر عدة عمليات تخصصية في النواحي الطبية، والطبية النفسية ، والنواحي السلوكية والنفسية للطفل ، والنواحي الأسرية بحيث تؤدى في النهاية إلى رؤية واضحة لأبعاد المشكلة في علاقتها بإمكانات الطفل من ناحية ، وديناميات القصور الموجودة لديه من ناحية أخرى ، ولابد أن يؤدى

التشخيص إلى هذه الرؤية المتكاملة في علاقتها بالرؤية المستقبلية للطفل في سياق الخدمات المتوافرة في المؤسسة أو في البيئة ، ورسم مستقبل الطفل Prognosis في هذه الخدمات والتوقعات المنتظرة منه أثناء أداء هذه الخدمات له ، ومنابعه الفعلية ، وهو الأمر الذي يؤكد ضرورة متابعة الفريق للطفل في سياق هذه الخدمات لتحديد إيقاعاتها معه ومدى الاستفادة منها ، ومن ثم يكون هناك تقييم دائم للخدمات مع تعديلها لكى توافق احتياجات الطفل وتوابع إعاقته .

المبدأ السادس: رسم البرنامج يكون فردياً:

Individualized Program

لانبالغ في القول إذا نظرنا إلى كل حالة إعاقة على أنها حالة فريدة من نوعها في طبيعتها وفي تركيبها وعناصرها وفي تفاعل هذه العناصر في الطفل والأسرة .

ولقد تعدلت الاتجاهات في التعامل مع الأفراد من ذوى الإعاقة من ممارسات المؤسسة الداخلية العزلية وتطورت تدريجيّاً إلى المؤسسات النهارية ، ثم الفصول الخاصة بالمدارس العادية ثم الدمج في فصول العاديين ، كما تطورت برامج التأهيل المهنى والاجتماعي من المؤسسات الداخلية إلى التأهيل داخل المجتمع في وحدات مجتمعية أهلية وأسرية قريبة من أماكن الإنتاج ومتكاملة معها .

وتحولت الفصول الجمعية إلى أنشطة فردية في غرف للمصادر في إطار جماعي Resource Rooms ، ونمت البراعة الجمعية وغلب عليها الطابع التفريدي Individualized داخل الفصل أو داخل الجماعة سواء في التعليم أو التأهيل لكي يقابل الخصائص الفريدة لكل فرد ، ولكي نسمح له بأقصى قدر ممكن من النمو والاستقلالية. ولا يمكن أن ننسى أن تكون لدينا معايير فردية للعمل الجمعي ومعايير جمعية للعمل الفردى .

ومتابعة البرامج الفردية تكون من قبل الغريق Team Work الذي يتحقق من خلاله أهداف البرنامج في كل فرد من الأفراد من ذوى الإعاقة .

ومن ثم فإن الاعتماد على البرامج «الجمعية الكلية، Group - Mass والعزلية Deinstituionlization يجب أن يتم التغيير فيه إلى الجماعات الصغيرة داخل المؤسسة وداخل المجتمع.

المبدأ السابع : الجماعية في القرارات المهمة بالنسبة للطفل :

Group Decisions

إذا كانت جوانب البرنامج متعددة ، ونواحى متابعة الطفل متعددة أيضاً ، فمن المنطقى أن يشترك أكثر من مختص واحد فى الملاحظة لتسجيل نواحى نموه وتقييمها.

وإذا كان الأفراد (في ضوء إعدادهم وخبراتهم) يختلفون في وجهات نظرهم وتقييمهم للحالة ، فمن الضروري أن يتم الاتفاق بين المختصين بحالة الإعاقة ؛ خاصة فيما يرتبط بالقرارات المهمة التي تحد كيانه ومصيره كما هو الحال في المواقف التالية :

التشخيص المتكامل ، والتكهن بالحالة ، القبول في مؤسسة أو مدرسة ، التحويل إلى خدمات أفضل ، التسكين في مستوى أو مجموعة داخل جماعة العمل في التعليم أو التدريب ، النقل من مستوى آخر أو من مرحلة إلى مرحلة أخرى أثناء تعليمه أو تدريبه ، وكذلك مرحلة إنهاء الخدمات التعليمية أو التدريبية والانتقال إلى مرحلة للتشغيل الخارجي ، أو في مرحلة إعادة تأهيله وتدريبه إلى حرف بديلة ، أو تحفيزه إلى مرحلة الاستقلالية للعمل في غمار حياة المجتمع اليومية ... إلى .

إن الانتقال من أى مرحلة إلى المرحلة التى تليها يحتاج بلا شك إلى تعدد المجهودات وتجميع البيانات واستخدام المعايير الموضوعية للتوصل إلى أفضل حكم وفي صالح المستفيد، ، دون عدوان صارخ على معايير البرنامج داخل المؤسسة أو أى تأثير سالب على نظام العمل بها تحقيقاً لقيمها العلمية والإنسانية .

ومما لا شك فيه أن اللوائح ونظم العمل الموضوعة في كثير من المؤسسات والدعاهد نظل حبيسة عن تطبيق ما طال أمد القرارات الفردية من أعلى إلى أسفل، دون تشغيل لديناميات اللجان الفنية ، أو دون تنفيذ العمل الجمعي بروح الفريق لصالح المستفيدين ،أمركم شورى بينكم،

بإمكانات الطفل من ناحية ، وديناميات القصورات الموجودة لديه من ناحية أخرى ، ولابد أن يؤدى المتشخيص إلى هذه الرؤية المتكاملة في علاقتها بالرؤية المستقبلية للطفل في سياق الخدمات المتوافرة في المؤسسة أو في البيئة ورسم مستقبل الطفل prog nosis فبهذه الخدمات والتوقعات المنتظرة منه أثناء أداء هذه الخدمات له، ومتابعته الفعلية ، وهو الأمر الذي يؤكد ضرورة متابعة الفريق للطفل في سياق

هذه الخدمات لتحديد إيقاعاتها معه ومدى الاستفادة منها ، ومن ثم يكون هناك تقييم دائم للخدمات مع تعديلها لكى توافق احتياجات الطفل وتوابع إعاقته .

المبدأ الشامن : ضرورة تعليم وتدريب الوالدين والأسرة كجرزء من البرنامج:

Parent Education as Part of the Program:

إذا كانت الإعاقة دائماً تحدث في أسرة .. فإن الوالدين بحكم مسئولياتهما في الأسرة مسئولان أيضاً عن طفلهما المعوق ، فمن الناحية الشرعية كلنا راع ، وكل راع مسئول عن رعيته .

فالإعاقة تحدث فى جو الأسرة ومسبباتها غالبا ما تترك ظلالاً من المسئولية غير مرغوب فيها على الوالدين ، فى نشأتها وطورها ، كما أن الأسرة مسئولة عن رعاية الطفل وتنشئته وتربيته قبل سن المدرسة ، وتظل مسئوليتها موازية للمدرسة أو المؤسسة وإلى الأسرة يرد المعوق أثناء تعلمه أو تدربه وما بعدها .

فالمنزل أولى بالرعاية والعناية بالطفل وطرق التعامل معه ، كيفية رعايته طفلا أو مراهقاً ، في مراحل تعلمه أو تدربه أو تهيئته للحياة الاجتماعية بعد اكتمال البرنامج ، وغالباً ما يستمر المنزل في متابعة الراشد ذي الإعاقة ولو كان الأمر جزئياً، إن لم يكن طوال حياته .

ومن هنا فإن التخطيط لكى يكون المنزل جزءاً من برنامج الرعاية فى جميع مراحل التعليم والتدريب أمر فى منتهى الحيوية والجدية ، إذا أردنا لكل مستفيد النجاح فى الحياة بعد التخرج .

المبدأ التاسع : مساندة المعوق والدفاع الاجتماعي عنه كمواطن :

Citizen Advocary

إن البرامج والخدمات الموجهة إلى الأفراد من ذوى الإعاقة هى بطبيعتها موجهة فى سياق الحياة الاجتماعية بما فيها من تغيرات فردية أو أسرية أو إنسانية أو اجتماعية أو اقتصادية أو حضارية .

ويتحدد مصير كثير من البرامج على اتجاهات المجتمع ومصادره نحو كفاءة هذه البرامج ومدى تحقيقها لأهدافها ، فاتجاهات المجتمع نحو الإعاقة والمعوقين، غالباً ما تعمل اكوسط، Medium تعمل داخله هذه البرامج .

ومن ثم .. فإن مساندة الطفل أو الراشد من ذوى الإعاقة أمر مرغوب فيه ، وتباين حاجاتهم في الحياة اليومية والمحافظة على حقوقهم ، ومساندتهم لضمان أداء مقبول ، ونشر الوعى الاجتماعي بأهمية البرامج ومدى فعاليتها وأهميتها الحيوية في حياة كل مستغيد ، هي من الأعمال الاجتماعية الأخلاقية .

ومن ثم .. فإن توفير والمساندة، للطفل أو للراشد حتى يمكن تأدية الحقوق والواجبات بطريقة متسقة مع الحياة الاجتماعية تعتبر في صميم برامج التعليم والتدريب .

إن حافز الدعم والمساندة لهؤلاء الأطفال أو الراشدين هي كجزء من عملية التنمية الاجتماعية لأفراد المجتمع ، الذي يتمتع فيه كل مواطن بحقوقه وواجباته في سياق العدالة الاجتماعية .

إن هناك ثلاثة مستويات من عمليات الدفاع الاجتماعي في مجال الإعاقة . المستوى الأول :

هو توفير المساندة لذوى الإعاقة فى الأماكن الطبيعية لموجود الفرد سواء كان فى الأسرة أو فى المدرسة أو فى المؤسسة أو فى الحياة الاجتماعية فى سن الرشد لتسهيل عملية نموه وتفاعله وتحمله لمسئولياته

المستوى الثاني :

من الدفاع الاجتماعي هو حشد الجهود لدعم برامج المساندة من ناحية وبرامج رعاية ذوى الإعاقة من جانب آخر ، وتعديل اتجاهات الناس نحو هذه الفئة لأكثر من أسلوب .

المستوى الثالث:

للدفاع الاجتماعي عن ذوى الإعاقة أن يعمل المواطن على المستوى الوقائي فيعمل مع أفراد المجتمع في أعمال الوقاية من الإعاقة في شقيها الأولى أو الثانوي وعلى أنهاحركة تعليم مستمر،

وبذلك تتحقق أهداف المساندة والدفاع الاجتماعي ، عن طريق تقنين الخدمات الإنسانية لدمج ذوى الإعاقة في الحياة الاجتماعية للمجتمع كمواطنين .

المبدأ العاشر: التخطيط للوقاية من الإعاقة كجزء من البرنامج لرعاية المعوقين:

Prevention as a Part of the National Program for Human Services:

إن الرقاية خير من العلاج ، والرقاية في مجالات الإعاقة هي في مستويين أحدهما : الرقاية الأولية أي التخلص من المسبب تماماً ، والثاني هو الرقاية الثانوية وهو بمثابة الاكتشاف المبكر ومواجهة متضمنات الإعاقة وأبعادها في وقت مبكر للسيطرة عليها أو التقليل من آثارها .

والبرنامج ذو الكفاءة العالية هو البرنامج الذي يحتوى في مكوناته على عمليات الوقاية الأولية (في تدريب الوالدين للسيطرة على مسببات المرض أو ناقلاته وإصابات الحوادث ... إلخ) ، أو الوقاية الثانوية (مثل رعاية الأم الحامل لسلامة الجنين من كل المخاطر) في صورة الاكتشاف المبكر ، وعمل قوائم الانتظار مع المتابعة المنزلية حتى يحين وقت القبول المنتظم في المدرسة أو المؤسسة . وكذلك زيادة الكفاءة للبرامج التعليمية في المدارس والمؤسسات من زيادة الإمكانات والوسائل والوسائط ، واستحداث طرق وأساليب جديدة في التعامل مع الأفراد من ذوى الإعاقة، أو في زيادة خبرات العاملين بها من إعداد وتدريب متدرج خلال فترة الخدمة ، وزيادة كفاءة اتصال المدرسة أو المؤسسة بالمؤسسات الاجتماعية في المجتمع ، وهي التي يعمل بها المستفيدون من البرامج بعد تخرجهم في غمار حياة الراشدين في أداء العمل ، أو في مجال الأسرة في الحياة الاجتماعية .

فالوقاية من الدرجة الأولى هي الوقاية من حدوث الإعاقة ، والوقاية من الدرجة الثانية ، هي في الاكتشاف المبكر والتحرك مبكراً في مواجهة آثارها ومتضمناتها ، والوقاية من الدرجة الثالثة هي في برامج التعليم والتدريب المألوفة في المؤسسات والمدارس ، والوقاية من المرتبة الرابعة هي في تقديم الخدمات للمحتاجين بعد تركهم المؤسسة أو المدرسة في غمار حياة العمل والحياة الاجتماعية في المجتمع .

أخلاقيات الإرشاد النفسى

Ethical of Psychological Counseling

مقدمة:

لكل مهنة مجموعة من القيم الحاكمة لها ، تكون بمثابة الإطار المعيارى لهذه العمل ، على نحو يحفظ لهذه العمل قيمته واستمراريته ونموه المتواصل ، وتوجه صوب المستقبل .

وهذه الأخلاقيات والقيم تكون ألزم ما تكون حينما يتصل العمل بأسرار الناس ، ومواطن الضعف في صلب تكوينهم ، وأسباب القلق والحيرة والاكتئاب وضلال الطريق ، وضياع الأمل وغيبة اليقين والخوف العارم من المستقبل ، والإحساس بالذنب ، والضعف أمام ضغوط الرغبة والحس والشهوة العارمة .

هاهنا تكون المحافظة على سرية العلاقة، ضرورة لا مناص منها ، إذا ما أردنا أن نبلغ بالإرشاد إلى مستويات مرضية من الأداء والنتائج .

American Psychology Associa- وقد وضعت جمعية علم النفس الأمريكي tion منظومة من المعايير القيمة لكل مشتغل بعلم النفس والإرشاد النفسي تتمثل بعض هذه المعايير القيمية في:

المسئولية ، الكفاءة ، السرية ، الالتزام بالقيم الملقية ، المبادئ القانونية .

فثمة مسئولية المرشد والعميل ، تكمن في إحساس المرشد بأنه مسئول عن كل عميل ، وعن كل ما يتعلق بأسراره الشخصية وما يتصل بمكونات شخصيته من قوة وضعف .

وعلى هذا .. فإن المسئولية يتم تعميقها لدى المتدربين وطلاب الإرشاد النفسى.

وتظهر كفاءة Competence المرشد في قدرته على استخدام طرائق الإرشاد النفسي ، وإمكانة تشخيص الحالة ، وتكمن كفاءة المرشد في كيفية إعداده إعداداً أكاديمياً موقفا يتمثل في دراسته لنظريات وأساليب الإرشاد ، نظريات الشخصية ، علم النفس الاجتماعي ، علم نفس النمو ، علم نفس غير العاديين ، طرائق تعديل السلوك باستخدام المقاييس والاختبارات النفسية والتشخيصية ، البرامج الإرشادية فنيات المقابلة التشخيصية ، تحليل البرامج ، الإرشاد الجماعي ، الإرشاد الفردي ، علم نفس الطفل ، مناهج البحث في علم النفس والإرشاد النفسي ، أساليب الإرشاد النفسي .

إضافة إلى الممارسة العملية في المراكز الإرشادية والعبادات الاكلىنيكية .



_____ القياس في الإرشاد النفسي ____

مقدمة:

يهدف هذا الفصل إلى الكشف عن عدد من المحاور الأساسية في الإرشاد النفسى ، وكيفية قياسه وكيفية استخدام البرامج الإرشادية المختلفة من خلال : توضيح الطرق المختلفة في الأبحاث الكمية للإرشاد النفسى ، ونتائج هذه الطرق عبر ثلاث أجيال ، اعتباراً من ١٩٥٠ حتى وقتنا الحاضر .

أولاً : المنهج الكمي :

أوضح ميكليود ، Mcleod ، في بحوث الإرشاد النفسى ، فالأبحاث quantitive والمنهج الكيفى qualitative ، في بحوث الإرشاد النفسى ، فالأبحاث الكمية تحتوى على مقاييس وتحليلات لكافة المتغيرات باستخدام الاختبارات ومقاييس التقدير ، والاستبيانات questionnaires ، التي يمكن تفسيرها عن طريق الأساليب الإحصائية المتجمعة عن هذه الاختبارات، ومن زاوية نظرية .. فإن البحث الكيفى يتطلب أن يكون الباحث حراً ، غير مقيد ، وهنا تكمن الإشكالية . ولهذا يجب الأخذ في الاعتبار التباين داخل المجموعات الارتباطات المتبادلة ، المذهب الطبيعي ، دراسة الحالة الفردية ، وحل إشكالية التباين بين المنهجين ، الكمى والكيفى معاً ، فنحن في حاجة إلى قياسات سيكومترية ودراسات إكلينيكية أو إرشادية ، تستخدم منها طرائق الدراسة العميقة لحالات فردية بعينها .

وتكمن مهارة الباحث في كيفية اختياره للمنهج الذي يوصله إلى حل مشكلة البحث .

الإجراءات العامة في الإرشاد النفسي: General Procedures in research

بداية .. فأن البحث العلمى هو فن التوصل إلى حل وسط أو تسوية مناسبة دونما إغفال للوحدة العضوية للبحث ومتطلباته ، أى دون تضحية بمعطيات الدراسة ومتطلباتها الأساسية .

ولكى نبلغ إلى تلك الدرجة من الثبات invariable للأدوات المستخدمة فى الإرشاد النفسى ، فإن الأمر يتطلب إخضاعها لأربعة أنواع من الصدق الأمريتطلب تتمثل فى : الصدق الداخلى ، الصدق الخارجى ، والبنائى والإحصائى .

* الصدق الداخلي internal validity

ويتضمن قدرة الباحث على التحكم فى المتغيرات التى لها تأثير على البحث ، ولهذا .. فإن الدراسات المعملية غالباً ما تكون أكثر سهولة ودقة فى هذا المضمار عن الدراسات النفسية والإرشادية .

* الصدق الخارجي external validity

ويعكس قدرة البحث إلى الوصول إلى نتائج دراسية يكون لها مدلول فى العالم الخارجى ، ومن هذه الزاوية تكون الدراسة النفسية أعمق أثراً ، ودلالة من الدراسات المعملية .

* الصدق التكويني Construct validity

ويتضمن تأكد الباحث من أن الظاهرة موضوع الدراسة أو العينة المختارة هي بالضبط الظاهرة المطلوبة من خلال البحث ، وأن العينة المقيسة هي ما نريد قياسه بالفعل ، بحيث يحتوى فقرات المقياس على عينة السلوك التي تقيسه .

* الصدق الإحصائي Statistical validity

ويحتاج الصدق الإحصائى عناصر محددة ، تتضمن بعضها خجم العينة ، وعدم تجانس أفراد العينة للعينة heterogeneity المشاركة .

وقد بينا في الفصل السابق أن الإرشاد النفسي والعلاج النفسي قد شهدا تطوراً متسارعاً جاء مواكباً للحرب العالمية الأولى والثانية ، بداية بزوغ عصر جديد ، اقتضت فيه ضرورات الحرب وضرورات السلام تفجراً معرفياً ، وامتد ليستوعب كافة مناشط الإنسان المعاصر . وقد واكب هذا التغير المعرفي والتكنولوجي تغيراً موازيا في قيم الناس ومعاييرهم حيث اهتزت الثوابت القيمية ، وأصبح على الإنسان المعاصر عبء مواكبة هذا التغير المتسارع ، الذي يتطلب منظومة قيمية تتفق ومعطيات عصر ما بعد التصنيع .

وتحت وطأة هذه التغيرات الانقلابية في السلوك وأنماط الحياة ، انتشرت الاختلالات العقلية والاضطرابات النفسية والاستجابات اللاتوافقية إزاء الذات والمجتمع.

وكان لابد وأن يواكب هذه التغيرات الجذرية في السلوك كتابات نفسية ومدارس علاجية .

وتتحدد الانطلاقة المواكبة للتغيرات في ثلاثة أجيال:

الجيل الأول : ١٩٥٠ - ١٩٧٠

وقد شهد كتابات روجرز وإيريك وبورتير Porter وغيرهم .

الجيل الثاني : ١٩٨٠ - ١٩٨٠

وقد بدأت الأبحاث فى الجيل الثانى يوجه خاص استجابة لما عرف وخرافة التماثل uniformity myth ، فالتماثل غير قائم فى عالم البشر ، وأن الإنسان كائن فريد ، وأن المرضى ليسوا استثناء ، ومن ثم فهناك تباين بين الناس فى الاستجابة للعلاج والإرشاد النفسى ، وقد بين ذلك روجرز Rogors بوضوح فى دراساته عن الفروق بين المرضى .

وقد قام (المعهد القومى للصحة النفسية والخاص بعلاج الاكتئاب وتصميم البحوث والبرامج لهذا الغرض (National Institute of Mantal Health) 199٤ (البحوث والبرامج لهذا الغرض (معامل الغرض ٢٥٠ مريضاً ، يعانون جميعا من باستخدام أربع طرائق علاجية على عينة قوامها ٢٥٠ مريضاً ، يعانون جميعا من الاكتئاب . وهذه الطرائق العلاجية تتحدد في : العلاج المعرفي السلوكي behavior Therapy العلاج الإعلاج الإيهامي Placebo ، وأخيراً العلاج الإيهامي Placebo ، وهو علاج لايحتوى على مواد أو عقاقير طبية ، ويستخدم فقط لإيهام المريض بأنه يعالج طبيباً .

وأثبتت النتائج أن العلاج النفسى وفقًا للنمط الأول والثاني كان شديد الفاعلية ، وكانت النتائج مرضية تماماً .

الجيل الثالث : ١٩٧٠ - ١٩٩٠

وقد استفاد هذا التيار من الأجيال الإرشادية السابقة ، ويقيم دعائمه العلاجية على التكامل integration ، الذى لا يتخذ موقفًا جامداً من أى تيار علاجى ؛ بل إن الحالة هى التى تتحدد نوعية الإرشاد والعلاج والانتقاء من بين المدارس الإرشادية والطرائق العلاجية المختلفة ، ولهذا يصف الإرشاديون والمعالجون النفسيون أنفسهم بالانتقائيين eclectic ، ومع هذا فإن مصطلح التكامل هو المصطلح الأكثر استخداماً الآن .. فعلى سبيل المثال كتاب Handbook of Eclectric Psycho therapy الصادر في عام (١٩٨٦) تغير عنوانه في الطبعة الثانية ليكون -Hand-

Journal of Psy- الأمر نفسه حدث بالنسبة لصحيفة book of Psycho therapy Integration Journal of Psy- لتصبح Journal of Integrative and electic Psycho therapy Echo therapy Integration عام (١٩٩٣) وهذا دليل على تطور الإرشاد والعلاج النفسى، والأخذ بفكرة التكامل، وهي فكرة قديمة أطلقها عالم النفس المصرى الشهير الدكتور يوسف مراد، تحت عنوان علم النفس التكاملي، الذي برز على نحو غير مسبوق ومرهص في كتاباته في الخمسينيات والستينيات من القرن الماضي.

والتكامل في الإرشاد النفسي يستلزم تكامل ما هو قياس مع ما هو علاجي وما هو إرشادي .

ونسأل ما القياس في الإرشاد النفسى ؟

وللإجابة عن هذا التساؤل يجيب (كريس باركر وآخرون) موضحاً بداية أهم المتغيرات التى تنطوى عليها دراسات علم النفس الإكلينيكي والإرشاد النفسى ، وتتمثل هذه المتغيرات في :

- 1 متغيسرات معرفية : وتضم الأفكار والاتجاهات ، والمعتقدات ، التوقعات والتعليلات ، والذاكرة ، والاستدلال ، وغيرها .
- ٢- متغيرات وجدانية : وتشمل المشاعر ، والانفعالات ، والأمزجة ،
 والإحساسات البدنية ، وغيرها .
- ٣- متغيرات سلوكية : مثل التصرفات ، والأداء ، والمهارة ، والكلام ، وغيرها.
- ٤- متغيرات حيوية : وهى فسيولوجية وتشريحية مثل معدل النبض ،
 وضغط الدم ، والنشاط المناعى ، وغيرها .
- ٥- متغيرات اجتماعية : وتشمل مثيرات المشقة الحادة والمزمنة ، والمساندات الاجتماعية ، والعمل ، وغيرها .

وتشكل هذه المتغيرات مضمون البحوث النفسية : فأسئلة البحوث تتم صياغتها في إطار عديد من هذه المتغيرات ، ولكن يجب تعريف كل متغير منها بوضوح ، ثم ترجمتها إلى واحد أو أكثر من المناهج العملية للقياس .

والقياس وسيلة تترجم المفاهيم والمتغيرات النفسية إلى عبارات مقيسة ، يمكن مشاهدتها وملاحظتها مجسدة في سلوك الناس ، ويمكن التحقق من ذلك من خلال هذه الأمثلة .

- الخوف المرضى Phobia : ويمكن مشاهدته من خلال رصد سلوك التجنب لدى الفرد ، أو من خلال التقرير الذاتى بالخوف ، أو القياسات الفسيولوجية لاستثارة الجهاز العصبى السيمبثاوى .
- الألم: ويمكن مشاهدته من خلال التقرير الذاتي عن شدة الألم أو ملاحظة التحمل السلوكي للمنبهات المؤلمة ، أو حكم أحد الإكلينيكيين .
- قلق الموت Death anxiety : ويمكن قياسه عن طريقه مقابلة كيفية شبه مقننة ، أو باستخدام الاستخبارات المقننة .

وتعرف الفكرة المجردة (الخوف المرضى ، والألم ، وقلق الموت) بأنها «تكوين» أو «مفهوم، أو «متغير» ، أما طريقة مشاهدتها فتعرف بأنها «مقياس» «لهذا المفهوم . وترتبط هذه اللغة الاصطلاحية بالمناهج الكمية ، ولكنها يمكن أن تنطبق كذلك على المناهج الكيفية ، وإن كان الباحثون قد يستخدمون في هذه الحالة مصطلح «ظاهرة» بدلاً من مصطلح، «مفهوم أو تكوين» .

وقد يحتاج الأمر وضع تعريف إجرائي operational defintion المفهوم من أجل تيسير عملية الصياغة الإجرائية ، ويعنى هذا أن يتم تعريف المفهوم بطريقة تمكن من قياسه بسهولة . وتأسيساً على هذا .. فإن مفهوم الاندماج الوجداني -impa تمكن من قياسه بسهولة . وتأسيساً على هذا .. فإن مفهوم الاندماج الوجداني الخاص thy مثلا قد يمكن تصوره تصوراً مبدئياً على أنه والنفاذ إلى العالم الإدراكي الخاص بالشخص الآخر والتغلغل فيه ؟ بحيث يصبح وكأنه العالم الخاص بالشخص نفسه ولا بالشخص الآخر والتغلغل فيه ؟ بحيث يصبح وكأنه العالم الخاص بالشخص نفسه (Rogers, 1975) ولكنه قد يعرف إجرائياً في سياق عملية العلاج النفسي بحيث يعكس مدى ملاءمة استجابات المرشد النفسي للمشاعر التي يظهرها العميل ، تلك الاستجابات التي تقود إلى قياسها فيما بعد ، من خلال تقديرات الخبراء للتفاعلات المسجلة صوتياً .

ويعتمد التعريف الإجرائي للمفهوم اعتماداً كليًّا على الطريقة التي يتم بها تصوره على المستوى النظرى .

والقياس وسيلة تترجم المفاهيم والمتغيرات النفسية إلى عبارات مقيسة ، يمكن مشاهدتها وملاحظتها في سلوك الناس ، ويمكن التحقق من ذلك من خلال هذه الأمثلة .

الخوف المرضى Phobia حيث يمكن الاستدلال عليه من خلال سلوك التجنب، والعيش في كنف عزلة ، أو من خلال الحساسية المفرطة تجاه الآخرين ،

وتجنب الاندماج في المجتمع ، والخوف من نظرة الآخرين ، والخوف من التقييم السلبي وتوقع القلق .

ويمكن الاستدلال عليه أيضا من خلال المصاحبات الفسيولوجية ، التى تظهر نتيجة لاستثارة الجهاز العصبى اللاإرادى (السيمبتاوى)

القلق Anxiety : ويمكن الاستدلال عليه من خلال سلوك يتصف بالخوف من المجهول ، وتوقع الشر ، والإحساس المفرط بالذنب ، ويمكن أيضا معرفة عوارض القلق من خلال المقابلة الكلينيكية ، فمن خلالها يمكن دراسة الشخصية دراسة عميقة ومطوقة ، تشمل كافة جوانبها وما تنطوى عليه من صراعات نفسية وما تكابده من معاناة ، وما تعيشه من دفاعات نفسية ، ومشاعر قلق أو إثم أو اكتئاب وما إلى ذلك .

ويمكن تعريف المنهج الكمى . بأنه ذلك المنهج الذى يستخدم الأرقام كرموز يمكن من خلالها معرفة الظاهرة موضع البحث .

وتتميز المناهج الكمية بعدد من الخصائص، لعل من أهمها:

- * أن الرقم في حد ذاته يفضي إلى دقة القياس .
- * ثمة أساليب إحصائية متنوعة ، تساعد على اختزال البيانات ووضوحها الأمر الذي يؤدي إلى فهم الظاهرة أو السلوك المراد دراسته ، ودون استخدام المناهج الكمية يستحيل أن ينمو العلم ، فحاجة المصريين القدماء هي التي أدت إلى المحافظة على أبعاد حقولهم بعد فيضان النيل هي التي أدت إلى نشأة الهندسة ؛ فعندما تقاس أبعاد الحقول وترسم لها خرائط مساحية ، يمكن إعادة تحديدها بعد أن تنحصر مياه الفيضان عنها . ومع هذا فلم يصبح المنهج الكمي متمماً للعلم إلا في أواخر عصر البخار ، وفي القرن السابع عشر استخدمت قوانين الحركة لنيوتن معادلات رياضية مكنت العلماء من التنبؤ بقانون الجاذبية ودوران الكواكب في أفلاكها .

ويرى (باركر وآخرون ، ٢٠٠٢) أن نشأة المناهج الكمية قد ارتبطت بظهور الرأسمالية ، ويذهب يونج Young (١٩٧٩) إلى أن اختزال كل شيء إلى أرقام هو أحد مظاهر العقلية المحاسبية ، وقد قال ديكنز Dickens اتهامات كثيرة لهذه العقلية المحاسبة في روايته ، شظف العيش، ؛ حيث صور بشكل واضح ضياع الطبيعة الإنسانية من جراء إرجاع كل الصفقات إلى عبارات كمية .

والرقم في حد ذاته لا يعنى شيئا بغير إخضاعه للتأويل العقلى أو النفسى أو الهندسي ؛ وفقاً لموضوع المنهج الكمي واستخداماته .

نوع المقياس:

تنقسم إلى قسمين أساسيين ، من حيث الاستخدام ، فثمة مقاييس تصمم لتطبق على مجموعات كبيرة من الأفراد، كمقاييس الاتجاهات ومقاييس الرأى العام وما إلى ذلك ، وهناك مقاييس تطبق على حالات فردية صغيرة . وسواء كانت المقاييس تطبق على مجموعات كبيرة أو على حالات فردية مثل الاختبارات التصديقية للشخصية أو الاختبارات الإكلينيكية .. فإن إعداد المقاييس ينبغى أن يتوافر فيه شرطان أساسيان، هما الصدق والثبات :

Validity أولا : الصدق

ثمة تعریف تقلیدی للصدق ، یفصل علی أن المقیاس ایکون صادقاً إذا كان قادراً علی قیاس ما وضع لقیاسه، بمعنی أن مقیاس القلق لابد وأن یقیس القلق بالفعل، ولا یقیس شیئا آخر غیر القلق .

والصدق ليس أمراً مطلقا ، إنما هو نسبى ، ومن ثم فإن الصدق يعنى – كما يقول ثورنديك وهاجان – تقدير لمعرفة ما إذا كان الاختبار ويقيس ما نريد أن نقيسه به ، ولا شيء غير ما نريد أن نقيسه به ، (صفوت فرج ، ١٩٨٩ ، ص ٢٥٤) وتتعدد أساليب حساب تقدير الصدق تبعا لذلك التعريف العام ، وتتمثل بعض طرائق دراسة الصدق في :

1- صدق المحتوى Content validity

ويعنى أن محتوى المقياس ؛ أى البنود التى يتكون منها تتطابق فى معناها مع مختلف جوانب المفهوم الذى حدد فى التعريف ؛ فمثلا إذا أردنا أن نقيس الخوف المرضى ، فلابد وأن تكون العبارات معبرة عن معانى الخوف المرضى ، من حيث التجنب والانسحاب والالتصاق بالذات ، وما يصاحب ذلك من أعراض مرضية .

ويطلق على صدق المحتوى أحيانا الصدق المنطقى أو صدق المضمون أو الصدق وفقا للتعريف .

Face validity الصدق الظاهرى - ٢

ويقوم هذا النوع من الصدق على فكرة مدى مناسبة الاختبار لما يقيس ، ولمن يطبق عليهم . ويبدو هذا الصدق في وضوح البنود ومدى علاقتها بموضوع القياس ،

فهل البنود تبدو مناسبة في ظاهرها ، وبنود القلق لابد وأن تعبر عن الخوف من المجهول والإحساس بالتشاؤم والذنب.

Factorial Validity الصدق العاملي

ويعتمد هذا النوع من الصدق على منهج التحليل العاملى ، من خلال تحليل مصفوفة معاملات الارتباط بين الاختيارات والمحكات المختلفة للوصول إلى العوامل التي أدت إلى إيجاد هذه العوامل ؛ بمعنى آخر هو أسلوب إحصائى يهدف إلى رد الكثرة من المتغيرات إلى أقل عدد منها ، وأيضا للتحقق من الصدق التكويني أو البنائي للأداة .

تلك بعض نماذج من طرائق صدق المقاييس:

Relibility ثانیا: الثبات

يعد الثبات من المفاهيم الجوهرية في القياس النفسى ، شأنه في ذلك شأن الصدق . وثمة معنى راسخ ، يبلغ حد القول المأثور في الثبات والصدق ، يفيد بأن من كان صادقاً فهو ثابت ، ولكن ليس بالضرورة كل ثابت صادق ، فالمقياس حينما يكون قد صمم لقياس ما صمم من أجله يكون ثابتاً ؛ أي قادراً على التعبير عن الأداء المراد ، وعندئذ يكون المقياس ثابتاً أي متسقا في تعبيره عن الوظيفة أو القدرة المراد قياسها ، اتساقا زمنياً . ورغم هذا فإن الثبات كمفهوم أشمل من الصدق ، ولهذا فإن ثبات المقياس يتحقق عندما يعطى النتائج نفسها إذا أعيد تطبيقه على المجموعة نفسها ؛ ويعنى أيضا دلالة الاختبار على الآداء الحقيقي للفرد ، والأداء الحقيقي ه جزء من الأداء العام أو الكلى الذي يعبر عنه بالدرجة الكلية .

والمقاييس في جملتها نسبية غير مطلقة ، وهذا سر تطور المقاييس ، ولولا ذلك ما تقدمت الوسائل التي تستخدم في مقياس وتقدير الظواهر ، ومعنى هذا أن الدرجة المستخلصة من أي مقياس لا تعبر تماماً عن الأداء الحقيقي أو التباين الحقيقي true المستخلصة من أي مقياس لا تعبر تماماً عن الأداء الحقيقي أو التباين الخطأ Error ، ومن ثم فهي تنطوى على ما يمكن أن يطلق عليه تباين الخطأ .

التباين الحقيقى وأن معامل التباين = التباين العام

ومن هنا فإن عدم ثبات المقياس هو مقدار الخطأ في القياس ، ويشير رياضيًا إلى نسبة تباين الخطأ في الدرجة الكلية .

أنواع الثبات:

(١) ثبات إعادة الاختبار Test retest

حيث يتم إجراء الاختبار في مرتين منفصاتين على المجموعة نفسها وبفاصل زمني يتراوح ما بين أسبوع إلى شهر ، ويقدر حساب الثبات من خلال معامل الارتباط الناتج عن التطبيقين

equivalent forms reliability ثبات الصور المتكافئة

وهو بمثابة امتداد لثبات إعادة الاختبار ، فبدلاً من إعادة التطبيق يتم استخدام اختبارات بديلة مطابقة للاختبار نفسه إلى حد كبير ، ومعامل الثبات هو الارتباط بين الدرجات على الاختبارين المطبقين .

(٣) ثبات التجزئة النصفية Split - half reliability

ويعتمد على طريقة تجزئة الاختبار إلى نصفين متكافئين ، بعد تطبيقه على مجموعة واحدة .وهناك عدة طرق لتجزئة الاختبار ، فقد تستخدم الأرقام الفردية في مقابل الأرقام الزوجية ، أو نصف الاختبار الأول في مقابل نصفه الثاني .

internal Consistency (4) الاتساق الداخلي

ويتم حسابه عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة ، ومجموع درجات مفردات المقياس ككل ، وهو يكافئ رياضيًّا الوسط الحسابي لكل معاملات ثبات القسمة النصفية الممكنة .

ويستخدم الاتساق الداخلى مع المقياس الذى يتألف من بنود متطابقة ، وهو طريقة لتقدير الثبات من تباينات كافة البنود وتغايرها مع بعضها .

وثمة طرائق أخرى لحساب الثبات ، لعل من أهمها : طريقة الفا لكرونباخ وجوتمان .

تلك بعض جوانب القياس النفسى ، وما يتضمنه من طرائق ووسائل تحقق سيكومترى يتمثل بعضها فى الصدق والثبات ، ورغم أن المنهج الكمى يلتزم بالرقم ، والرقم فى حد ذاته مفهوم مجرد ودقيق إلا أن الأرقام لا تعنى شيئا إلا بخضوعها

لسلطان المعنى والتأويل ، والتأويل يعكس دوماً منطلقات الباحث وتحيزاته ، وهذا أمر يصعب تمييزه وعزله عن البيانات المستخلصة .

ومن هنا .. فإن الاقتصار على المناهج الكمية لا يفضى وحده إلى دقة العلم ووضوح النتائج ؛ الأمر الذى يستوجب التعدد فى المناهج ، أو من الممكن الجمع بين المناهج الكيفية كما تتحقق فى المنهج الكلينيكى والمناهج الكمية ، وكما تتحقق فى المنهج التجريبى والسيكومترى ، والجمع بينهما يحقق قيمة علمية ؛ ذلك أن المنهج الكيفى يتيح لنا فرصة فهم الظاهرة فى كليتها وعموميتها ، أما المنهج الكينيكى فيتيح فهما أعمق للحالات الطرفية التى يقوم بدراستها دراسة عميقة ومطوقة ، باعتباره كلا لا يتجزأ ، ينطوى على صراعات وله تطلعات وتكتف حياته دفاعات ، وتؤثر على حاضره ومستقبله مراحل عمرية سابقة ، ويندفع فى الحياة بطاقاته وإمكاناته صوب المستقبل أو مرتدأ إلى الانغماس فى ذاته والالتصاق

وفيما يلى نموذج قياسى في معنى اضطراب القلق الاجتماعي . في موذج قياسي عن اضطراب القلق الاجتماعي

يحتل اضطراب القلق الاجتماعي موقعاً في تصنيف الأمم المتحدة المعروف بالتصنيف الدولي العاشر للاضطرابات النفسية والسلوكية، (10 - ICD) الذي أصدرته منظمة الصحة العالمية (WHO) في عام ١٩٩٧؛ حيث يضع القلق الاجتماعي ضمن فئة واضطرابات القلق الرهابي، "Phobic anxiety disorders" (ص ص ١٣٤ – ١٣٧) ، مستخدماً مفهوم والرهاب الاجتماعي، -١٣٥ الاس تخدماً مفهوم والرهاب الاجتماعي، -١٣٥ ويؤدي إلى الذي يتحدد في هذه الوثيقة الدولية بأنه واضطراب يبدأ غالباً في مرحلة المراهقة ، ويتمركز حوف الخوف من نظرة الآخرين Fear of scrutiny ويؤدي إلى تجنب المواقف الاجتماعية. ويبدو الرهاب الاجتماعي في أعراض نفسية أو سلوكية أو فسيولوجية ، وتظهر في مواقف اجتماعية معينة ؛ حيث يعتبر الإحجام عن المواقف الرهابية Phobic situation من أبرز معالم الرهاب الاجتماعي ، الذي يبلغ في الحالات الشديدة إلى العزلة الاجتماعية الكاملة ، وعادة ما يرتبط الرهاب الاجتماعي بانخفاض مستوى تقدير الذات وبالخوف من النقد . (ص ص ١٣٦ – ١٣٧)

وفى محاولة لرسم صورة كلينيكية لاضطرابات القلق ، يؤكد نيل فرود Neil وفى محاولة لرسم صورة كلينيكية لاضطرابات القلق مكن وصفها بأنها قلق مفرط فى حدته ، وسلوك دائم التجنب، (ص ٣٣) . وللتدليل عما افترضه من تعريف ، يحدد نيل فرود سبعة أنواع من اضطرابات القلق ، تتمثل فى :

1- الرهاب البسيط Simple Phobia

وهى عبارة عن خوف مباغت وغير معقول irrational لموضوعات أو مواقف معينة (فوبيا الحيوانات ، الحشرات ، الثدييات) ، مخاوف مرضية موقفية (الخوف من الأماكن المفتوحة ، الأماكن المغلقة والعواصف الرعدية) فوبيا المرض (الخوف من المرض ، السرطان ، الإيدز وما إلى ذلك) .

الرهاب الاجتماعي Social phobia

خوف دائم من مواقف اجتماعية ، تشتد حدته ويستثار نتيجة لبعض المواقف الاجتماعية .

"- رهاب الأماكن العامة agoraphobia

الخوف من الأماكن العامة ؛ وخاصة تلك التي تمثل ارتباكاً وصعوبة لصاحب هذه الفوبيا ، مثل المحلات العامة ومحطات النقل العام وما إلى ذلك .

4- قلق الهلع Panic anxiety

ويمكن تعريفه بأنه نوبات متكررة من الهلع والرعب Terror

^(*) تترجم كلمة agoraphobia في كثير من المراجع إلى الخوف من الأماكن المفتوحة أو الخلاء open في حين أن الأصل في الكلمة ، يرجع إلى الكلمة اللاتينية "agora" وتعنى كما يقول «شبهان» مكان السوق أو التجمع .

ويرى نيل فرود (١٩٩٨) أن كلمة أجورافوبيا تعنى الخوف من أماكن السوق -Fear of su" ويرى نيل فرود (١٩٩٨)

وعلى المنحى نفسه يؤكد Bootzin وآخرون (١٩٩٣) إن الكلمة تعنى الخوف من مكان السوق، وفي الواقع فإن الكلمة تعنى الخوف من مغادرة المنزل (ص ١٦٠).

ومن هذه التعريفات فإن الأجورافوبيا تعنى الخوف من الأماكن العامة كالأماكن المزدحمة أو أماكن التجمع أو محطات المواصلات العامة أو الشوارع المزدجمة .

ومن المكن دمج الرهاب الاجتماعي مع الرهاب من الأماكن العامة في خوف واحد ، هو التجنب الرهابي المفرط extensive phobia avoidance .

٥- اضطراب القلق العمم Generalized anxiety disorder

وتتمثل في مشاعر قلق وإحساس بالهم المستمر وتوقع حدوث أشياء سيئة وخوف من المجهول غير مرتبط بمشكلات أو مواقف معينة .

1- اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة Post traumatic stress disorder

أو اضطراب الصغوط التالية للصدمة : وهو حالة من الخوف العارم تصاحبه أعراض فسيولوجية ونوبات هلع ورعب ، ترتبط بموقف صدمى .

V- اضطراب الوسواس - القهري Obsessive - compulsive disorder

وهو عبارة عن تسلط أفكار أو نزعات متكررة غير مرغوب فيها ، وعادة ما تكون جنسية أو عدوانية ، أو متعلقة بدوافع يصعب التحكم فيها . (ص ص ٣٤ – ٣٥).

ويصاحب هذه الأنواع من اضطراب القلق جوانب انفعالية ومعرفية وسلوكية تتمثل في :

أُولاً: جوانب انفعالية Emotional aspects

وتظهر في عوارض يتمثل بعضها في : الإحساس بالانهيار ، سرعة الاستثارة والتهيج ، والإحساس بالهم الدائم وعدم الراحة .

ثانياً : جوانب فسيولوجية Physiological aspects

ويتمثل بعضها فى سرعة خفقان القلب palpitation ، صعوبة التنفس ، آلام الصدر ، جفاف الفم ، التبول المتكرر، الارتعاش والإحساس بالدوخة والغثيان والأرق والصداع وما إلى ذلك .

ثالثاً: جوانب معرفية Cognitive aspects

ويتمثل بعضها في اضطراب الفكر وعدم القدرة على التركيز واختلال الأنية depersonalization ، فالعالم يبدو وكأنه عالم غير حقيقى ، أو الشعور بأن العالم شيء مغاير ولا يمكن الإمساك به .

رابعاً : جوانب سلوكية Behavioral aspects

تتمثل في التوتر العصلى ، الشعور بالتعاسة والهم والقلق .. ومن شأن ذلك التأثير على مهارات الإدراك الحركي perceptual motor skills ، وتزداد حدة هذه

الأعراض مع اضطراب الضغوط التالية للصدمة ، والمخاوف المرضية من الأماكن العامة .

خامساً: جوانب اجتماعية Social aspects

يتمثل بعضها في تجنب التواصل مع الآخرين على نحو ، يدمر فيه علاقات قائمة بالفعل بالآخرين ؛ الأمر الذي يفضي إلى العزلة المطبقة والاكتئاب .

وهذه الأنواع السبعة من اضطرابات القلق تكاد تكون مطابقة أو مستمدة مع ما انتهى إليه الدليل الطبى النفسى الأمريكي لتشخيص الاضطرابات النفسية والعقلية (١٩٨٧) ، الذي يعرف القلق بأنه حالة مرضية تتصف بالشعور بالرعب أو الهلع ، تصاحبها أعراض عضوية ، تشير إلى النشاط العصبي اللاإرادي .

ويحدد التقرير خمسة أنواع من القلق:

Panic anxiety قلق الهلع (١)

يظهر بوصفه إحساسا بالرعب أو الفزع من موضوعات محددة ، كما في حالة المخاوف المرضية (الخوف من الأماكن المفتوحة ، الخوف من الزحام) .

Generalized anxiety القلق العام (٢)

ويعتبر الشخص مصاباً بالقلق ، إذا عانى من ستة أعراض أو أكثر من هذه الأعراض ، مرة كل شهر وعلى نحو دورى :

- أ التوتر الحركى Motor tension : الرعشة ، التنميل ، الشعور بالاهتزاز ، التوتر العضلى ، عدم الارتياح ، القابلية للتعب .
- ب- زيادة النشاط الاستشارى للجهاز العصبى اللاإرادى -automatic hyper بريادة الأطراف ، جفاف الحلق activity والقم ، الإسهال المتكرر ، الغثيان ، الإحمرار خجلا ، التبول المتكرر.
- جـ- الحرص والتيقظ vigilance & seanning حيث صعوبة التركيز والأرق واضطرابات النوم وسرعة التهيج .

Phobias الرهاب (٣)

agoraphobia ويحدد التقرير ثلاثة أنواع من (رهاب الأماكن العامة وهي social phobia) (الخوف من الأماكن العامة) ، و social phobia (الرهاب الاجتماعي) مثل الخوف من مواقف يجد فيها الشخص أو يتصور أنه أصبح محاصراً بنظرة scrutiny

الآخرين، وهذا الاضطراب غالبا ما يبدأ في الطفولة المتأخرة أو المراهقة ، وعادة ما يكون مزمنا ، والرهاب البسط simple phobia (الخوف من الأماكن العالية -aero والخوف من الأماكن المغلقة claustrophobia ، الخوف الأحادى البعد كالخواف من الكلاب ، الثعابين ، الحشرات إلخ .

(٤) اضطراب الوسواس - القهرى:

وينقسم إلى وساوس obsessions وأفعال قهرية compulsive .

(٥) اضطرابات ضغوط ما بعد الصدمة :

وهي نتاج موقف صدمي ، من شأنه أن يولد أعراض القلق على النحو السابق الإشارة إليه .

وتنتاول الرابطة الأمريكية للطب النفسى، في الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية "DSM-IV, 1994" الرهاب الاجتماعي (كمرادف لاضطراب القلق الاجتماعي (Social phobia (Social anxiety disorder) (ص

وتحدد هذه الوثيقة عدداً من المظاهر أو المكونات ، التي يمكن على أساسها تعرف بالرهاب الاجتماعي ، أو القلق الاجتماعي ، وتشخيصه كلينيكيا ، وتشمل هذه المظاهر أو المكونات : التعرض لمواقف اجتماعية باعثة في الغالب على القلق ، وتستثير حالة أو نوبة هلع Panic attack ، يستشعرها الفرد بأنها زائدة أو مفرطة أو غير معقولة ، ومن ثم ينزع إلى الإحجام عن هذه المواقف الاجتماعية أو مواقف الأداء performance situations الباعثة على الخوف أو إلى أن يتحملها بمعاناة وتأزم أو بقلق كثيف .

وهذه الاستجابات المتمثلة في التجنب أو الإحجام avoidance أو التوقع القاق anxious anticipation أو الصيق والتكدر distress في الموقف الاجتماعي أو موقف الأداء ، تؤثر سلبًا بشكل جوهري في أنشطة الفرد العادية الروتينية ، أو في أدائه لوظائفه الدراسية أو المهنية ، أو في ممارسته أنشطته الاجتماعية ، وعلاقاته مع الآخرين أو أن هذه الاستجابات الرهابية تكون مرتبطة لدى الفرد بضيق وتكدر ملحوظين ، إزاء ما يشكو منه من وجود لهذا الرهاب (ص ٤١٧) .

ولعل من أهم الدراسات الذي تناولت موضوع اضطرابات القلق ، دراسات شيهان Sheehan (۱۹۸۲) الذي يوضح أن اضطرابات القلق تسير وفق أنواع قلق

تتفاعل بعضها البعض فى منظومة مرضية تتمثل فى قلق مباغت ، وغير متوقع -un expected تصاحبها تغيرات فسيولوجية فى هيئة نوبات attacks ، ويتمثل بعضها فى صعوبة التنفس ، سرعة خفقان القلب ، آلام الصدر والضغط والإحساس بالخدر والتنميل ، الإسهال ، فقدان التوازن imbalance ، وأن الأرض تميد تحت قدميه (الأرجل الرخوة Jelly legs) إلخ .

هذه التغيرات المصاحبة لقلق الهلع ، وهيمنة الأفكار والتسلطية والأفعال القهرية المهربة المهربة والمعلق معدودة obsessions and compulsions thinking ، وهذه التهيؤات المرضية تفضى إلى مخاوف محدودة limited ، قد ترتبط بمكان أو بأناس معينيين ، وهذه المخاوف تؤدى إلى تجنب الأسباب والأماكن التي تحدث فيها وبسببها النوبة ،ومن ثم تفضى هذه المخاوف المحدودة إلى رهاب اجتماعي social phobia تبلغ ذروتها في المخاوف المرضية من الأماكن العامة (أجورافوبيا) ، ومن شأن هذا أن يفضى إلى العزلة والاكتئاب والخوف المفرط من الآخرين ، وتجنب الأماكن العامة وأماكن البيع والشراء والعمل .

ويرى ضرورة دمج الرهاب الاجتماعى والرهاب من الأماكن العامة فى رهاب اجتماعى واحد ، تزداد حدته بزيادة حلقات التجنب من الآخرين ، ومن الأماكن العامة والأماكن المزدحمة ، ومن الحديث أمام مجموعة ومن الخوف من نظرة الآخرين .

ونتيجة لذلك تصبح الأماكن العامة والمواقف الاجتماعية مصدراً للتهديد الداخلي (كما يقول بارلو ١٩٨٨، Barlow) ؛ الأمر الذي يفضي إلى تجنب هذه المواقف الاجتماعية على نحو يؤدي تعميم هذا التجنب.

ويعتبر بعض الباحثين أن من أكثر الأنماط المميزة للرهاب الاجتماعي ما يعرف بد الرهبة المسرح، stage fright ، وتعنى في الأساس الخوف المرضى من الحضور أو الحديث أمام الآخرين ، والتفاعل معهم ، كما يرمز المسرح إليه ، ويلاحظ هنا أن الخوف من التقييم السالب Fear of negative evaluation يمثل مكونا رئيسيا للرهاب أو القلق الاجتماعي ، بل ويعتبره معطلا أو معوقا لفاعلية العلاج بعيد المدى للرهاب أو القلق الاجتماعي ، بل ويعتبره Chattiek, Peters, Clarke, 1989) .

ولذا يذهب واطسون وفريند (١٩٦٩) Watson & Friend إلى أن جوهر القلق الاجتماعي أو الرهاب الاجتماعي هو المواقف التي يدرك فيها الفرد ذاته على أنه

موضع تقييم الآخرين أو نقدهم أو تفحصهم له ، وهو ما يسمونه بمصطلح «القلق التقييمي الاجتماعي Social evaluative anxiety

ويرى Bruch (19۸۹) أن الغوبيا الاجتماعية ترجع إلى مرحلة الطفولة ، وأن self- البالغين الذين يعانون من الرهاب الاجتماعي يتسمون بالخجل ، وهم هيابون -conscious ، ويعتبرون الآخرين مصدر تهديد ونقد شديدين .

وقد ترجع أسباب الفوبيا الاجتماعية إلى تاريخ طفولى ، يتسم بنزعة نقدية لدى الوالدين ، أو أن الطفل قد عانى النبذ والإهمال أثناء الطفولة ، أو أن آباءهم لديهم حساسية نفسية لأى نقد يوجه إليهم ، ولهذا كما يؤكد بريتش (١٩٨٩) فإن الحساسية الزائدة أو فرط الشعور بالذات self - criti ، والنقد الذاتى -self - criti من شأنهما أن يولدا الرهاب الاجتماعى .

وهذا راجع إلى أن فرط الشعور بالذات أو الحساسية الذاتية من شأنه أن يجعل المرء ملتصعاً التصاعاً شديداً بذاته ، متشرنقاً في داخلها ، لائذاً بنفسه لا يشعر بالارتياح في حضرة الآخرين .

ولهذا يعرف ديفيد دريفر Drever (١٩٦٨) في معجمه النفسى -self - con ولهذا يعرف ديفيد دريفر brever (١٩٦٨) في معجمه النفسى -sciousness ،بأنه الوعى بوجود المرء ذاته ، بتفكيره وأفعاله وما ينطوى عليه ذلك من حرج وضيق، (٢٦٢) .

ويعرفه Chaplin (١٩٦٨) وبأنه حساسية زائدة إزاد سلوك الفرد، (ص ٤٤٤) .

ويعرفه ريزو وآخر ، (١٩٩٩) بأنه الخجل محيث تؤدى الحساسية حيال ردود أفعال الآخرين إلى شعور بالخجل بصورة غير مناسبة، (٢٣٨) .

وفى كتابه الخجل shyness ، ما الخجل ؟ وكيف يمكن التغلب عليه ؟ يبين زملة زيمباردو Zembardo (١٩٧٧) أن الخجل رهاب اجتماعى يدخل ضمن زملة المخاوف الاجتماعية ، وأن الشخص الخجول يعيش فى عزلة وخوف من الآخرين ، حيث يسيطر عليه إحساس بالدونية ، وكف للقدرة التعبيرية عن نفسه وعن مشاعره ، لا يثق فى نفسه .

ولعل من أهم مظاهر اضطراب القلق الاجتماعي ، الخوف من التقويم السالب Den من المعند وراسات كل من دين بوير Fear of negative evaluation ، (1999) ، بروك (1999) ، وغييرهم أن الخوف من التقويم السلبي أحد الأسباب الجوهرية التي تكمن وراء الفوييا الاجتماعية ، وأن الأفراد الذين يتسمون

بهذه الخشية dread حساسون وملتصقون بذواتهم ، ويعيشون نهبًا لمشاعر الإثم ، ويخشون الآخر الذي يبدو لهم وكأنه مراقب ومحاصر لهم بنظراته على نحو يجمد حركاتهم ويشل فاعلياتهم ويقعدهم عن الحركة ، وعن مغادرة المنزل خشية نوبات هلع ، مصحوبة بتغيرات فسيولوجية حادة .

وتأسيسا على ما سبق ، يمكن استخلاص ما يلي :

إن القلق الاجتماعي أو الرهاب الاجتماعي خوف مرضى مبالغ فيه وغير معقول ، يتصف بأنه مباغت ، هائم ، طليق ، تصاحبه تغيرات فسيولوجية تشير إلى النشاط الزائد للجهاز العصبي اللاإرادي .

إن الرهاب الاجتماعى نوع من أنواع اضطراب القلق ، أو الفوبيا بمعناها الفسيح، وأنها تمثل النواة فى عصاب القلق ، بما تنطوى عليه من قلق يبلغ حد الهلع . ومن تغيرات فسيولوجية ، ومن تجنب للآخر وخشية منه تبلغ حد الفزع ، وهروب من التقاء العين بالعين ، والنظرة بالنظرة فالآخر هو الرقيب ، وهو المحاصر بنظراته ، المقعد لإمكاناته .

ويفضى الرهاب الاجتماعى إلى الأجورافوبيا التى تمثل ذروة المخاوف المرضية .. فالخوف من الآخر تتسع دائرته ، وحلقاته ، فيتحول إلى مخاوف مرضية من الأماكن العامة والمحال التجارية ، والمواصلات العامة والطريق العام ، وأماكن السوق وما إلى ذلك .

ولهذا يمكن اعتبار الرهاب الاجتماعي والأجورافوبيا خوفاً واحداً ، فكلما زادت المخاوف المرضية من نوبات قلق غير متوقع ، زاد عدد المواقف التي تؤدي إلى توقع القلق وم نثم يتم تجنبها أي زن الخوف يفضي إلى مزيد من الخوف .

ولعل من أهم مكونات الرهاب الاجتماعى: الحساسية المفرطة ، والخوف من التقويم السلبى وخشية الآخرين ، وتوقع القلق ورهاب الوحدة auto phobia وتجنب المواقف المفضية إلى القلق ، إضافة إلى تلك التغيرات الفسيولوجية المصاحبة للقلق .

ويفترض بعض العلماء أن للفوبيا أسباباً جيئية ، فها هو شيهان (١٩٨٨) يرى أن ثمة تفاعلاً بين قوى ثلاثة من شأنها أن تحدث اضطرابات القلق هى القوة البيولوجية ، والقوة النفسية التشرطية Psychological conditioning وقوة الضغوط Stress ، ويؤكد أن ثمة اضطرابات بيولوجية أو لعله اضطراب بيوكيمائى يسبب هذا المرض .

ويرى بارلو (١٩٨٨) أن الفوبيا الاجتماعية ترتبط بعوامل جيئية ، ويستدل على ذلك بأن المصابين بالفوبيا الاجتماعية يسجلون درجات عالية على مقياس العصابية وسمة القلق .

ويؤكد اندروز Androws وآخرون (١٩٩٠) أن ثمة أسباباً جينية تلعب دوراً جوهرياً في تحديد أسباب الرهاب aetiology .

الإجراءات السيكومترية لتصميم مقياس عن الخاوف المرضية الاجتماعية

أولاً : يتم الاطلاع على عدد من المقاييس التالية :

- Fear of negative evaluation الخوف من التقييم الاجتماعي الاجتماعي الخوف من التقييم الاجتماعي العداد واطسون وفريند (١٩٨٧) Watson & Fiend
- Y مقياس الحساسية الزائدة Self Consciousness Scale ، إعداد ميكل . (١٩٨٧) Charles Carver سكير Michael Scheier ، تشارلز كارفير
- -٣ مقياس التقدير الذاتى للقلق Self Rating Anxiety Seate ، إعداد وليام رينج William Zung (١٩٨٧) .

وقد قمنا بترجمة المقاييس الثلاثة وإخضاعها للتحليل العاملي ، الذي أسغر عن مقياس واحد ينطوي على أربعة عوامل .

ويمثل كل مقياس من هذه المقاييس جانبًا من جوانب اضطراب القلق الاجتماعي أو الرهاب الاجتماعي ، وقد تم جمع هذه المقاييس الثلاثة – بعد إخضاعها للإجراءات السيكومترية – في بطارية واحدة ، وهي بطارية اضطرابات القلق الاجتماعي .

وفيما يلى عرض لهذه الإجراءات.

أولا : ترجمة هذه المقاييس إلى اللغة العربية.

ثانياً: عرض المقاييس في صورتها العربية على عدد من المحكمين المتخصصين في الصحة النفسية ؛ حيث طلب منهم الحكم على سلامة المغردات والمقاييس لقياس ما صممت من أجله.

ثالثاً: أجريت خطوات التحقق من الشروط السيكومترية ، واستخدمت الوسائل الإحصائية التالية ، وتتمثل في :

___ 744__

- * التحليل العاملي .
- * طريقة ألفا لكرونباخ .
- * طريقة إعادة الاختبار.

رابعاً: قام الباحث بدمج العوامل المستخلص من المقاييس الثلاثة ، وما انطوت عليه من مفردات ، في مقياس واحد ، أخضع للتحليل العاملي ، بالإجراءات السيكومترية نفسها السالغة الذكر .

وفيما يلى عرض لهذه المقاييس وخطوات التحقق السيكومترى من صلاحيتها:

أولاً: مقياس الخوف من التقويم السالب ، إعداد ديفيد واطسون ورونالد فريند (١٩٦٩ - ١٩٨٧)

ويتكون المقياس من ٣٠ عبارة ، صممت لقياس أحد الجوانب الرئيسية للقلق الاجتماعي ، الذي يتمثل في الخوف من التقويم السالب .

وقد أجرى الباحثان إجراءات تقنين المقياس على عينة قوامها ٢٩٧ طالبًا جامعيا ، وقد بلغ معامل الثبات بحساب التماسك الداخلي ٢٧، وبلغ معامل الثبات عن طريق إعادة الإجراء (٢٠,٠) أما الصدق ، فقد استخدم الباحثان الصدق التلازمي بين مقياسهما وعدد من المقاييس (وجهة الضبط والاعتمادية ، والاستعراضية abasement ، والتقليل من شأن الذات abasement) ، وكان الارتباط دالا ؛ حيث بلغ ٢٩، في بعض المقاييس .

وقد قام الباحث الحالى بالخطوات التالية لإعداد المقياس على البيئة المصرية:

(١) صدق المقياس: تم حساب صدق المقياس عن طريق:

- أ التجانس الداخلى: تم حساب التجانس الداخلى لمفردات المقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة ، ومجموع درجات مفردات المقياس ككل .
- ب- الصدق العاملى: استخدم الباحث طريقة المكونات ، وطريقة -Vari لهذا لهذا التي التي لا يقل تشبعها عن ٣,٠ وفقا لمحك -Kai ser

(٢) ثبات المقياس : استخدم الباحث طريقتين لحساب معامل ثبات المقياس:

أ - طريقة إعادة الإجراء على عينة قوامها ١٠٠ طالب بفاصل زمنى قدره أسبوعين ، وكان معامل الارتباط (٠,٧٨) بين الإجرائين دالا عند مستوى ٠,٠١.

ب- أما معامل ألفا لكرونباخ (ن = ٤١٩) ، فقد بلغ ٠٠,٧١ .

ثانيا : مقياس التقدير الذاتي للقلق : Zung (١٩٨٧)

يهدف هذا المقياس إلى تقدير القلق وقياس أعراضه بوصفه اضطراباً كلينيكياً .

ويتكون المقياس من ٢٠ عبارة ، تحتوى على معظم الخصائص الشائعة الاضطرابات القلق (٥ عبارات لقياس ما هو انفعالى ، ١٥ عبارة لقياس الأعراض الجسدية .) ، وقد تمت إجراءات تقنين المقياس على عينة قوامها ٢٢٥ طالبا ، وكان الثبات والصدق دالين على ثبات وصدق الأداة .

وقد قام الباحث الحالى بالإجراءات التالية ؛ للتحقق من صلاحية المقياس على البيئة المصرية .

(١) صدق المقياس: تم حساب الصدق عن طريق:

- أ التجانس الداخلى: تم حساب التجانس الداخلى لمفردات المقياس عن طريق حساب معامل الارتباط ، بين درجة كل مفردة ومجموع درجات مفردات المقياس ككل .
- ب- الصدق العاملى: أسفر التحليل العاملي عن عاملين المقياس على هذين العاملين .

(٢) ثبات المقياس: تم حسب ثبات المقياس عن طريق:

أ - إعادة الإجراء بفاصل زمنى قدره أسبوعين على عينة قوامها ١٠٠ طالب ، وكان معامل الارتباط دالاً عند مستوى ٢٠٠١ حيث بلغت قيمته ٢٠٨٠ .

ب- أما معامل ألفا لكرونباخ (ن - ١٩ ٤ طالباً) فقد بلغ ١٠،٧١ -

ثالثاً : مقياس الحساسية الذاتية : إعداد ١٩٨٧) Scheier

يتكون المقياس من ٢٢ عبارة لقياس الحساسية الذاتية في المواقف الخاصة والعامة ؛ حيث تشير الحساسية الذاتية العامة إلى الميل إلى التفكير في الجوانب الذاتية، التي تمثل موضوعات لاهتمام الآخرين .. كما تشير الحساسية الذاتية الخاصة إلى والاستغراق في الذات والتفكير في الجوانب الخفية والكامنة من الذات، .

وقد أجرى خطوات تقنين المقياس على عينة (ن: ٢١٣ طالباً جامعيّا) وقام بحساب الثبات عن طريق التماسك الداخلي وكان دالا عند ٠٠،٠٠ أما الصدق فقد حسب عن طريق الصدق التلازمي وكان ٠٠،٠٠ .

وقد قام الباحث الحالى بالإجراءات السيكومترية التالية للتحقق من صلاحية المقياس على البيئة المصرية .

- (١) صدق المقياس: تم حساب صدق المقياس عن طريق:
- أ التجانس الداخلى: تم حساب التجانس الداخلى لمفردات المقياس عن طريق: حساب معامل الارتباط ، بين درجة كل مفردة ومجموع درجات مفردات المقياس ككل .
 - ب- الصدق العاملي: تم استخلاص عاملين.
 - (٢) ثبات المقياس: استخدام الباحث طريقتين لحساب معامل ثبات المقياس:
- أ طريقة إعادة الإجراءعلى عينة قوامها ١٠٠ طالب ، بفاصل زمنى قدره أسبوعين ، وكان معامل الارتباط دالاً عند مستوى ٠,٠١ .
- ب- استخدم الباحث معامل ألفا لكرونباخ لحساب ثبات المقياس ، حيث بلغ معامل ألفا لكرونباخ (ن ٤١٩ طالباً) ٠,٦٧ .

بغية الوصول إلى المكونات الأساسية لاضطراب القلق الاجتماعى ، تم إخضاع المقاييس الثلاثة : مقياس الحساسية الذاتية ، ومقياس الخوف من التقويم السالب (خ ت س) ومقياس التقدير الذاتى للقلق (م ت ق) للتحليل العاملى ، وفقًا للطرق نفسها السالفة الذكر (المكونات الأساسية Varimax ، ومحك Kaiser) .

أسفر التحليل العاملي عن أربعة عوامل مستخلصة من المقاييس السابقة ، بلغ الجذر الكامن لكل منها واحد صحيح .

وفيما يلى هذه المقاييس ، التي تم ترجمتها وتقنينها :

ص

۲۳۷	ــــــ مقدمة في الإرشاد النفسي ــــــــــــــــــــــــــــــــــــ
ص خ	١٢ - نادراً ما يعنيني ما أتركه من إنطباع عند الآخرين .
ص خ	١٣ - أشعر بالخوف من أن الآخرين لن يقدروني .
ص خ	١٤ - أشعر بالخوف من أن الناس سوف تجد أخطاءًا لى .
ص خ	١٥ - لا تقلقني آراء الناس عني .
ص خ	١٦- لا أتضايق كثيراً إذا كنت لم أرض بعض الأشخاص.
ص خ	١٧ - يشغلني رأى بعض الناس عني ، حينما أتحدث معهم .
ص خ	١٨ - أشعر أن أى فرد لا يستطيع أن يفعل شيئاً إزاء ما يصدر من أخطاء اجتماعية ، ولهذا فليس هناك ما يدعو للضيق
ص خ	اذامها
ص خ	 ١٩ عادة ما تتملكني الهموم إزاء نوع الانطباعات التي أتركها عند الآخرين .
	٢٠ - يشغلني كثيراً ما لدى الأشخاص المهمين من انطباعات
ص خ	عنى .
ص خ	 ٢١ إذا علمت أن شخصاً يحاول أن يكون رأياً عنى ، فإن هذا لا يؤثر على كثيراً . ٢٢ ينشغل بالى فما إذا كان الآخرون ينظرون إلى على إنى
ص خ	لا أستحق التقدير.
ص خ	٢٣- لا أبالي كثيراً مما قد يكونه الآخرون من آراء عني .
	٢٤ - في بعض الأوقات ، أجد نفسى مشغولاً تماماً بآراء
ص خ	الآخرين عنى .
	٢٥- غالباً ما تتملكني الهموم من أنى سأقول أو أفعل شيئاً
ص خ	خاطئاً .
ص خ	 ٢٦ - لا أبالى برأى الناس عنى .
	 ٢٧ عادة ما أشعر بالثقة في نفسى في أن الآخرين يكونون انطباعات طبية عنى .
	الطناحات طلله على .

٢٣٩			رشاد النفسى	في الإ	مقدمة	
174		 	رشاد النفسى ،	في الإ	مقدمه	

1- مقياس التقدير الذاتي للقلق (Self rating anxiety scale (SAS)

William Zung (1987): إعداد

(متق)

تعليمات:

فيما يلى عدد من العبارات ، نرجو أن تجيب عن كل عبارة ، بوضع علامة (×) في العمود المناسب أمام كل عبارة .

					·
قليلاً من الوقت	بعض الوقت	قدراً كبيراً من الوقت	معظم أو كل الوقت	العبـــارة	۴
		•		أشعر بأنى أكثر قلقاً وعصبية مما هو معتاد .	١
				أشعر بالخوف دون سبب على الإطلاق .	۲
				اتضايق أو أشعر بالانزعاج بسهولة .	٣
				أشعر كما لوكنت على وشك الانهيار .	٤
				أشعر أن كل شيء يمضي على ما يرام وإن يحدث مكروها .	٥
				يهتز ويرتعش نراعاى وقدماى .	٦
				يحيرني ما أشعر به من صداع وألام في الرقبة والظهر.	٧
				أشعر بالضعف والتعب بسهولة .	٨
				أشعر بالهدوء وأستطيع أن أظل ساكناً بسهولة .	1
				أستطيع أن أشعر بسرعة دقات قلبي .	١.
				أحتار مما أشعربه من دوار ودوخة .	11
				تنتابني نوبات موار أو أشعر بما يشبه ذلك .	14
				أستطيع أن أتنفس شهيقاً وزفيراً بسهرلة .	17
				أشعر كما او أن أصابع يداى وقدماى مخدرة .	18
				يحيرني ما أشعر به من آلام في المعدة أو عسر في الهضم .	10
				أجد نفسى مضطراً إلى التخلص من البول لمرات عديدة .	17
				عادة ما تكون يداى جافة ودافئة .	17
		,		أشعر بأن وجهى يحمر بسهولة .	١٨
				أوى إلى فراشى بسهولة وأخذ قسطاً كافياً من النوم ليلاً .	11
				تراودنى أحلام مزعجة (كوابيس) .	۲.

القياس في الإرشاد النفسي ــــــــــــــــــــــــــــــــــــ		7 2	٠	
---	--	-----	---	--

۳- مقياس الحساسية الذاتية Self - consciousness scale

Michael Scheier (1987): إعداد

(محذ) ضع علامات (×) أمام كل عبارة من العبارات التالية ، موضحاً إلى أى مدى تنطبق العبارة عليك .

۲	الميــــارة	تنطبق علي كثيراً	تنطبق علي إلي حد ما	تنطبق علي قليلاً	لا تنطبق علي إطلاقاً
1	أحاول دائما أن أحاسب نفسي على كل شيء .				
۲	تشغلني الطريقة التي أعمل بها الأشياء .				
٢	يستغرق وقتاً طويلاً ، محاولتي التخلص من خجلي في				
	المواقف الجديدة .				
٤	أفكر في نفسي كثيراً .				
٥	أعطى اهتماماً كبيراً للكيفية التي أقدم بها نفسى للآخرين ،				
7	غالباً ما تراويني أحلام يقظة عن نفسي .				
٧	من الصعب على أن أعمل هينما يلاحظني شخص ما .				
٨	لم أنظر إطلاقاً إلى نفسى نظرة قاسية .				
1	أرثبك بسهولة .				
1.	أنا حساس للطريقة التي أبدو بها للآخرين .				
11	من السهل على أن أتحدث مع أشخاص غرباء .				
14	أركز انتباهى - بصفة عامة - على مشاعرى الداخلية .				
14	عادة ما أكون مهموماً في محاولتي ترك انطباعات طيبة عند				
	الآخرين .				
18	أفكر دائماً في الأسباب التي تجعلني أفعل أشياء أقوم بها.				
10	أشعر بعصبية حينما أتكلم أمام مجموعة من الأشخاص .				
17	أراجع مظهري وأدقق فيه قبل أن أخرج من المنزل .		·		
۱۷	أعود بنفسى (إلى عقلي) في بعض الأحيان إلى مواقف سابقة				
	كى أتقحص نفسى عن بعد .				
-14	يشغلني رأى الآخرين عني .				
11	ألاحظ بسرعة ما يطرأ على حالتي المزاجية من تغيرات .		4		
۲٠.	أنا واح في العادة بمظهري .				
11	أنا مدرك للطريقة التي يعمل بها عقلي حينما أواجه مشكلة.				
44	وجودي مع مجموعات كبيرة من الأشخاص يجعلني عصبياً.				

وقد أسفر التحليل العاملي عن هذه العوامل الأربعة المكونة لمقياس الفوبيا الاجتماعية أو اضطراب القلق الاجتماعي.

وفيما يلى عرض لهذه العوامل ودرجات تشبعها . فترات العامل الأول ودرجات تشبعها

درجة التشبع	الفقـــرة	رقم الفقرة	ŕ
٠,٥٩	عادة ما أكون مهمومًا إزاء نوع الانطباعات التي أتركها	x 19	١
	عند الآخرين .		
٢٥,٠	أشعر بالخوف من أن الناس سوف تجد أخطاء لي .	x \£	۲
٠,٥٤	أشعر بالخوف من أن الآخرين لن يقدرونني .	x 18	٣
٠,٥٤	غالبا ما تتملكنى الهموم من أنى ساقول أو أفعل شيئًا خاطئًا .	x Yo	٤
, ٤٩	غالبا ما أشعر بالخوف من أبدو سخيفًا أو أتصرف بشكل أحمق .	хV	٥
٠,٤٨	يشغلني رأى الآخرين عنى .	V 1A	٦
٠, ٤٦	غالبا ما أخاف من ملاحظة الآخرين لأى تقصير أو خطأ	x ٩	٧
	يصدر عني .		
٠, ٤٤	يشغلني رأى الناس عنى ، حينما أتحدث معهم .	x VV	٨
٠,٤١	غالبا ما أكون مهموما من أنى أكون موضع اهتمام كبير	х тл	٩
	من الناس .		
٠,٤٠	يشغلني كثيرًا ما لدى الأشخاص المهمين من انطباعات	x Y•	١.
	عنی .		
٠,٣٩	ينشغل بالى فيما إذا كان الآخرون ينظرون إلى على أنى	x YY	11
	أستحق التقدير .		
۰,۳۸	أشعر أن الآراء التي يكونها أشخاصا مهمين عنى يسبب	۲x	14
	لى يعض الهموم .		
٠,٣٧	أكون مهموما إزاء نظرة الناس إلى ، على الرغم من أنى	хҮ	17
	أعلم أن هذا لا يعنى شيئاً .		
ه ۳٫ ۰	أنا حساس للطريقة التي أبدو بها للآخرين .	٧١.	18
٠,٣٣	في بعض الأوقات ، أجد نفسي مشغولاً تماماً بآراء	. X X E	١٥
	الأخرين عني .	•	
٠,٣٣	أصير متوتراً وعصبيا إذا علمت أنى سوف أكون موضع	х Т.	١٦
	تقييم من أشخاص مهمين في حياتي		
٠,٣٢	عادة ما أكون مهموما في محاولتي ترك انطباعات طيبة	V 14	17
	عند الأخرين .		

استحوذ هذا العامل على معظم عبارات مقياس والخوف من التقييم السلبى، وهذا الخوف يترجم نوعاً من رهاب الآخر ؛ أى إنه خوف مرضى يجعل صاحبه مهموما وقلقا ومضطربا من الآخرين ، ويلعب الخوف من نظرة الآخر Scrutiny دورا محوريا في الخوف من التقييم السلبي ، فصاحب هذه الفوبيا يشعر كما لو كان مراقبا ومحاصرا، وأنه موضوع لنظرة الآخر التي لا ترجم ، وإن نظراته تحاصره حيثما كان .. تشل حركته .. تجمده تجعله خائفاً وجلاً .

ولعل في عبارة الفيلسوف الوجودي الشهير سارتر «الجحيم هم الآخرون» ما قد يعبر عن هذا المعنى ولكن بشكل فلسفى . فالآخر يتحول إلى شيء ، إلى موجود في ذاته Being - in- it self ؛ أي يتحول إلى شيء صامت ، جامد ينتمي إلى عالم الأشياء بالنسبة للآخر . في حين يصبح الآخر موجودا من أجل ذاته Being for it أي موجودا ديناميا متحركا ، فوجوده زمني قوامه النزوع صوب المستقبل والتنصل الدائب من الماضي والمفارقة المستمرة لذاته .

هذا ما يقصده سارتر في العلاقة بين الأنا والآخر ، وما نقصده هنا هو ما يستند إليه الخوف من تقييم الآخر من فوبيا اجتماعية ، والفوبيا خوف مرضى مباغت، يكون مشحوناً بقلق عارم يبلغ حد الهلع ، يفضى إلى تهيؤات مرضية ، تتباين بتباين موضوع القلق ، فقد يكون اجتماعيا وقد يكون غير اجتماعي، تصاحبه في جميع الأحيان متغيرات فسيولوجية ، وهذا الخوف من التقييم السلبي من الآخر قد يفضى إلى العزلة ، التي قد تزيد من حدة التصاق الخائف بنفسه إلى درجة الاكتئاب والوساوس القهرية وقد جاءت عبارات هذا العامل معبئة بالخوف والهم ، وخشية الآخر والهروب من نظراته المحاضرة ، والإحساس بالدونية ، والانشغال الوسواسي بأشياء والهروب من نظراته المحاضرة ، والإحساس بالدونية ، والانشغال الوسواسي بأشياء

وتعبر عبارات هذا العامل عن هذه المعانى ، فهو شخص يكون دوماً مهموماً إزاء نوع الانطباعات التى يتركها عند الآخرين (التشبع ، ٠٥٩) ، وأن الناس ستكون له بالمرصاد لهذا وفهو يشعر بالخوف من أن الناس سوف تجد أخطاء له، (٢٠٥٦) ، وأنه خائف من الآخرين لن يقدروه (٤٠,٥١) ويظل مشغولا ، حائرا ، يعيش نهبا لوساوسه القهرية ، وعلى نحو قلق يصرح بأنه وغالبا ما يشعر بالخوف من أن يبدو سخيفا أو يتصرف بشكل أحمق، درجات التشبع على التوالى (٢٠٤٥، ، ٤٩٠) .

وتبلغ الوساوس القهرية حدًا يجعله يصرح بأنه مشغول برأى الآخرين عنه (٠,٤٨) ، ويبلغ الخوف من نظرة الآخر مداه، ذلك الخوف الذي يخفى وراءه رهاباً

اجتماعيًا مزمناً ، شديد الوطأة في ، غالبا ما أخاف من ملاحظة الآخرين لأى تقصير أو خطأ يصدر عنى ، (٠,٤٦) ، ، في بعض الأوقات أجد نفسى مشغولا تماما بآراء الآخرين عنى ، (٠,٣٣) .

«أكون مهموما إزاء نظرة الناس إلى ، على الرغم من أنى أعلم أن هذا لا يعنى شيئاً، (٠,٣٧) ؛ فهو واع بأن نظرة الآخر له لا تعنى شيئاً ، وأن ما يفكر فيه ، هو أمر غير معقول ، يكبله ويحد من حركته ويجعله خائفاً متوجساً من الآخر .

وهذا الخوف مردود إلى أنه مأسور الزمام ، مكبل برهابه الاجتماعى وما ينطوى عليه من قلق يبلغ حد الهلع ، ثم أنه يعبر عن التصاقه بنفسه وتمركزه حولها بتلك الحساسية المفرطة التى تجعله ،حساسا للطريقة التى يبدو بها للآخرين، (٣٥،٠٥)، وهذه الحساسية المفرطة التى تجعل من أى موقف محبط حرجاً نرجسياً ، هى مفتاح للتفسير المرضى للفوبيات الاجتماعية .

ويصاحب هذا الرهاب الاجتماعي تغيرات فسيولوجية ، تتمثل في تلك العصبية وذلك التوتر ، الذي يحتويه إذا ما علم أنه سيكون موضع تقييم من أشخاص مهمين .

وتكاد تكون هذه العوارض وما تنطوى عليه من مضاعفات complications قاسما مشتركا لمعظم الدراسات ، التى اتخذت من الخوف من التقويم السالب موضوعا لها.

ولعل من أهمها (دين بوير ، Pen Boer ، فييل 1999 ، فييل 1999 ، فيروك 1999 ، فيروك 1999 ، وغيرهم من الدراسات ، وهذه الدراسات تؤكد أن الخوف من التقييم السلبي يمثل أحد جوانب القلق الاجتماعي، وأنه خوف مزمن له أعراضه النفسية والمعرفية والسلوكية والاجتماعية .

وفى ضوء ذلك يمكن تسمية هذا العامل به والخوف من التقييم السالب، ويمكن تحديد على أنه ونوع من الرهاب الاجتماعى يقوم على خشية الآخر والخوف منه ، والإحساس بأنه محاصر ومراقب بنظراته ، على نحو يجعل صاحبه يؤثّر الوحدة ، لائذا بنفسه ، هروبا من التواصل الإيجابى مع الآخرين، .

العامل الثاني:

ضم هذا العامل عبارات مستمدة من المقاييس الثلاثة ، التي تمثل المادة الخام التي انبثق منها هذا المقياس .

وتتراوح تشبعات مفردات هذا العامل ما بين (٠,٣٠ – ٠,٥٩) . وفيما يلى عبارات هذا العامل ودرجات تشبعها .

جدول (١) فترات العامل الثاني ودرجات تشبعها

درجة التشبع	الفقرة	رقم الفقرة	د
٠,٥٩	أتضايق وأشعر بالانزعاج بسهولة .	у٣	١
.,07	أرتبك بسهولة .	V٩	۲
۲۵,۰	وجودى مع مجموعات كبيرة من الأشخاص يجعلني	V 77	٣
	عصبيا .		
٤٥,٠	أشعر بعصبية حينما أتكلم أمام مجموعة من الأشخاص .	V۱٥	٤
١٥,٠	أشعر بأنى أكثر قلق وعصبية مما هو معتاد .	у١	٦
٠,٤٨	من الصعب على أن أعمل حينما يلاحظني شخص ما .	۷v	٧
٠,٤٤	أصبير متوترا وعصبيا إذا علمت أن شخصا له رأى في .	х٣	٨
., ٤٤	أشعر كما لو كنت على وشك الانهيار.	у٤	4
., 27	يستغرق وقتا طويلا ، محاولتي التخلص من خجلي في	٧٣	-1.
4	المواقف الجديدة .		
٠,٤١	أشعر بالخوف دون سبب على الإطلاق .	у ۲	11
٠,٣٠	أتضايق من آراء أصدقائي عني .	x Y9	١٢
-,0٢-	أشعر بالهدوء وأستطيع أن أظل ساكنا بسهولة .	у ٩	18

وتعكس عبارات هذا العامل الشعور بالانزعاج وسرعة الاستثارة والارتباك ، والعصبية والإحساس بالهم والغم والاضطراب ، والخوف من المجهول ، من المستقبل ، والإحساس بالانهيار، وعدم الاستقرار والراحة والشدة والضيق .

وكلها عوارض تعكس معنى القلق العام ، كما تمثله عبارات هذا العامل أشعر بالانزعاج بسهولة (٠,٥٩) ، والوجود بين مجموعة من الأشخاص يسبب له عصبية وتوترا ، وأيضاً ما تحدث أمام مجموعة من الأشخاص (٠,٥٤) .

وعلى الرغم من خلو عبارات هذا العامل من أعراض تتمثل في الاكتئاب أو الوساوس القهرية أو التعب الزائد دون سبب Neurasthenia ، ولهذا فإن العامل أشبه ما يكون بإشارة إنذار بقلق داخلي المنشأ تترجمه العبارة التالية وأشعر بالخوف دون سبب، وهذا يعنى أن هناك خوفًا من شيء لم يحدث بعد ، وذلك عرض بارز من عوارض

القلق العام الذي تترجمه مظاهر الشدة والتوتر وسرعة الاستثارة وما إلى ذلك .

وفى ضوء ذلك يمكن تسمية هذا العامل باسم «القلق العام» باعتباره ظهيراً لاضطراب القلق الاجتماعى ، ويمكن تعريفه بأنه «إحساس بالشدة والتوتر والعصبية ، والخوف من المجهول ، والرهبة من الحديث أمام الآخرين ، على نحو يشعر صاحبه بالضيق والهم والارتباك، .

العامل الثالث:

استحوذ هذا العامل على معظم عبارات مقياس «التقدير الذاتى للقاق» (*) أى مقياس القلق القائم على التقدير الذاتى لما يشعر به ويحسه الفرد من أعراض فسيولوجية مصاحبة أو منذرة بالقلق ؛ حيث تؤكد عبارات هذا العامل التغيرات الفسيولوجية المصاحبة للقلق والمرتبطة على نحو أشد بالمخاوف المرضية ، ويتمثل بعضها في الدوخة أو خفة الدماغ lightheadedness ، ونوبات الدوار spells والإغماء المنذر faintness وصعوبة التنفس وسرعة خفقان القلب وآلام الصدر والإغماء المنذر spells وصعوبة التنفس وسرعة خفقان القلب وآلام الصدر والضغط عليه ، أو ما يسمى بأعراض جاكوب داكوستا Jacob Dacosta والغثيان والإحساس بالخدر والتنميل paresthesias والإسهال والصداع وتسلط الوساوس القهرى واختلال الإنية depersonalization وتحريف الواقع والتبول دون سبب والاحمرار خجلاً مصحوباً بهبوب ساخن hot flashes والاهتزاز وآلام المعدة وعسر الهضم والأرق ، وما إلى ذلك من مصاحبات فسيولوجية ، تصاحب حالة القلق أو تنذر به أو تربتط به .

وقد أشار المرشد الطبى الأمريكى CDSM (١٩٨٧) إلى هذه التغيرات ، وأيضاً الكثرة من الباحثين الذين تناولوا موضوع اضطرابات القلق بالبحث (Bootzin وآخرون ، ١٩٩٣ ، فرود ، ١٩٩٨ ، شيهان) وغيرهم كثيرون.

وقد جاءت عبارات هذا العامل معبرة عن هذه التغيرات الفسيولوجية ، والتى تتمثل فى العوارض السالفة الذكر . . وفيما يلى هذه العبارات وما تنطوى عليه من تشبعات .

^(*) Self - rating Anxiety Scale.

جدول (٢) فقرات العامل الثالث ودرجات تشبعها

درجة التشبع	الفقـــرة	رقم الفقرة	٠
٠,٧٢	يحيرني ما أشعر به من صداع وآلام في الرقبة والظهر.	y v	١
۸۶,۰	أحتار مما أشعر به من دوار ودوخة .	y 11	۲
٥٢,٠	تنتابني نوبات دوار أو أشعر بما يشبه ذلك .	y 14	٣
٢٥,٠	أشعر كما لو كانت أصابع يداي وقدماي مخدرة .	y 1£	٤
۰,۰۱	يحيرني ما أشعر به من ألام في المعدة أو عصر الهضم.	у١٥	٥
۱ه.۰	أشعر بأن وجهى يحمر بسهولة .	y \	٦
٠,٤٧	یهتز ویرتعش ذراعای وقدمای .	у٦	٧
٠,٤٧	أشعر بالضعف والتعب بسهولة .	уΛ	٨
٤٥ -	أتنفس شهيقا وزفيرا بسهولة .	y 18	4
. , ٤٣	أستطيع أن أشعر بسرعة دقات قلبي .	y \ .	١.
٠,٤١	تراودني أحلامًا مزعجة (كوابيس) .	y 1.	11
79 -	أوى إلى فراشى بيسر وأخذ قسطا كافيا من النوم .	y 14	١٢
.,٣٣	أجد نفسى مضبطرا إلى التبول عدة مرات .	y 17	۱۳

وتؤكد الدراسات أن تشخيص القلق يتوقف على معرفة ارتباط هذه التغيرات الفسيولوجية داخل الفرد ، فهل هى نتيجة لضغوط نفسية وبيئية & Environmental Stress أم نتيجة للمخاوف المرضية ، أم تأتى نتيجة لاضطرابات بيوكيمائية Biochemical كما يفترض (شيهان ١٩٨٧، Sheehan) .

وحينما تأتى هذه التغيرات الفسيولوجية على نحو مباغت وغير متوقع .. فإنها تكون انعكاسا لقلق داخلى المنشأ . ويمكن تحديد هذا العامل بأنه ، زملة الأعراض الفسيولوجية، التى قد تكون مرتبطة بالمخاوف المرضية أو مصاحبة لها ، أو منذرة بقلق شديد يبلغ حد الهلع ، وأن هذه المصاحبات نفسجسمية؛ أى إن أسبابها ومنشأها نفسى محض .

العامل الرابع:

استحوذ هذا العامل على معظم عبارات مقياس الحساسية الذاتية . ويوضح الجدول التالى فقرات هذا العامل ودرجات تشبعها .

جدول (٣) فقرات العامل الرابع ودرجات تشبعها

درجة التشبع	الفقـــرة	رقم الفقرة	٠
٠,٥٠	أنا واع في العادة بمظهري .	٧ ٢.	1
- , ٤٩	أركز انتباهى - بصفة عامة - على مشاعرى الداخلية .	V 14	۲
٠,٤٨	ألاحظ بسرعة ما يطرأ على حالتي المزاجية من تغيرات .	V 14	۲
٢3,٠	أنا مدرك للطريقة التي يعمل بها عقلي حينما أواجه مشكلة.	V Y1	٤٠
۲3,۰	أعطى اهتمامًا كبيرًا للكيفية التي أقدم بها نفسى للآخرين.	۷ ه	•
٠,٤٤	أفكر في نفسي كثيرا	V٤	· 7
٠,٤١	تشغلني الطريقة التي أعمل بها الأشياء .	V٤	٧
٠,٤٠	أعود بنفسى (إلى عقلى) في بعض الأحيان إلى مواقف	V 1V	٨
	سابقة ؛ كي أتفحص نفسي عن بعد .		
., ۲۷	أراجع مظهرى وأدقق فيه قبل أن أخرج من المنزل.	V 17	٩
٠,٣٧	أفكر دائما في الأسباب التي تجعلني أفعل أشياء أقوم بها.	V١٤	١.
٠,٣٤	أحاول دائما أن أحاسب نفسى على كل شيء .	V١	- 11
٠,٣٣	غالبا ما تراودني أحلام يقظة عن نفسى .	٧٦	١٢
٠,٣١	من السهل على أن أتحدث مع إناس غرباء .	V 11	١٣
٤٢, ٠	أشعر بضيق شديد ، إذا صدر عنى أي خطأ في سلوكي	Хo	١٤
	الاجتماعي .		

وتعكس عبارات هذا العامل والتي تتراوح تشبعاتها ما بين (٢٠،٥٠ - ٠,٥٠) معانى الاستغراق في الذات والتشرنق في داخلها ، والوعى بالذات الذي يبلغ حد الالتصاق بالذات على نحو يكون فيه الفرد لائذا بنفسه ، لا يرى سواها ، وما العصاب النفسى إلا التصاقا بالذات على حساب الواقع ، التصاقا يترجم - في كثير من الأحيان - مشاعر فقدان أمن ، تبدو في ذلك الاستغراق بالذات والانشغال بكل صغيرة وكبيرة ، والتدقيق في المظهر وفي الكيفية ، التي يقدم فيها نفسه للآخرين وما إلى ذلك...

وتعكس عبارات هذا العامل هذه المعانى بدقة فهو واع فى العادة بمظهره ممركزا انتباهه على مشاعره الداخلية، ، مملحظا ما يطرأ على حالته المزاجية من تغيرات، ، ممدركا للطريقة التى يعمل بها عقله عندما يواجه مشكلة، ، ممفكرا فى نفسه كثيرا، ، معطيا اهتماما كبيرا للكيفية التى يقدم بها نفسه للآخرين، وتشبعات هذه العبارات على التوالى (٠٠,٥٠ – ٠,٤٦ – ٠,٤٦) ، وهذه

Salar Barrier and the second of the second o

The Control of States of the Artist Control of the States of the States

the state of the s

العبارات تعبر ما يسميه القوصى (١٩٨٢) فقدان الأمن الذى من بعض مظاهره والتشدد والمبالغة فى الاتقان للوصول إلى درجة من الكمال ، وهذا الاندفاع للكمال يدل على ما تحته من خوف من نقد الآخرين ومن مظاهره كذلك أحلام اليقظة، . (ص ٢٣٦) .

ولهذا .. فإن من أهم عوارض هذا العامل وغالبا ما تراودنى أحلام اليقظة عن نفسى، (٢,٣٣) . وأحلام اليقظة غالبا ما تكون نتاجاً لالتصاق الإنسان بذاته على نحو يفصله عن الواقع ، فكلما زاد ما يشعر به المرء من إحباطات فى الواقع ، زاد انفصاله عن الواقع وعزف عنه ، والعيش فى كنف عزلة تملؤها أحلام يقظة تعويضية تصاحبها مشاعر تأثم تبدو فى محاسبة الذات وأحاول دائما أن أحاسب نفسى على كل شىء، (٢٤٠) .

ويبلغ الخوف من الآخر حدًا كبيراً في الإصرار على التدقيق في المظهر ، قبل الخروج من المنزل، (٠,٣٧) .

وهذه الحساسية المفرطة تخفى تحتها أعراضاً مرضية ، فكلما زاد نصيب الفرد من الحساسية المفرطة ، زاد نصيبه من إحباطات الحياة وزاد ما يشعربه من أعراض مرضية .. ثم أن الحساسية الذاتية تجاه الآخرين هى تعبير عن خوف عميق من الآخرين ؛ فالخوف من الآخر هو السبب الرئيسي في المبالغة في الاستغراق في الذات والاهتمام بالمظهر وبالكيفية ، التي يبدو بها أمام الآخرين والوعي المفرط إزاء ما يصدر عنه ، ومحاسبة النفس على كل صغيرة وكبيرة والانفصال عن الواقع في كنف أحلام يقظة تعويضية .

ويمكن أن نطلق على هذا العامل مصطلح «الاستغراق في الذات» ، الذي يبدو في ذلك الالتصاق بالذات والانشغال بها والاهتمام المفرط بالمظهر والكيفية ، التي يبدو بها أمام الآخرين على نحو يعكس إحساساً عميقاً بالرهاب الاجتماعي .

وهكذا يمكن القول أن القلق الاجتماعي اضطراب نفسى ، متعدد العوامل . ويمكن تصنيف مظاهره في ضوء هذه العوامل .

wall to the state of the state of

and the second s

The second secon



4 ŧ

أولاً المراجع العربية

- (١) سيد غنيم (١٩٨٣): الشخصية . القاهرة: دار النهضة المصرية .
- (٢) صلاح مخيمر (١٩٧٩) : المدخل إلى الصحة النفسية . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .
 - (٣) صفوت فرج (١٩٨٩) : القياس النفسى . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .
- (٤) عبد السلام عبد الغفار (١٩٧٧): التفوق العقلى والابتكار . القاهرة : دار النهضة العربية .
- (٥) عبد السلام عبد الغفار (١٩٨٠) : مقدمة في الصحة النفسية . القاهرة : دار النهضة العربية .
- (٦) عبد العزيز القوصى (١٩٨٢) : أسس الصحة النفسية . القاهرة : دار النهضة المصرية .
- (٧) محمد أبراهيم عيد (١٩٩٨) : أزمات الشباب النفسية . القاهرة : زهراء الشرق .
- (٨) كريس باركر وآخرون (١٩٩٩) : مناهج البحث في علم النفس الإكليئيكي والإرشادي ، ترجمة محمد نجيب الصبوة ، ميرفت شوقي، عائشة رشدى . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .

ثانيا المراجع الأجنبية

- 1 Adler, A. (1927a). The practice and theory of individual psychology. New York: Harcourt Brace.
- 2 Adler, A. (1927b). Understanding human nature. Garden City, NY: Garden City Publishing.
- 3 Adler, A. (1929). The science of living. New York: Greenberg.
- 4 Adler, A. (1930). The pattern of life. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- 5 Adler, A. (1931). What life should mean to you. Boston: Little Brown.
- 6 Adler, A. (1939). Social interest: A challenge to mankind. New York: Putnam.
- 7 -Adler, A. (1944). Physical manifestations of psychic disturbances. Individual Psychology Bulletin, 4, 3 - 8.
- 8 -Adle, A. (1956). The individual psychology of Alfred Adler: A systematic presentation of selections from his writings. H. L. & R. R. Ansbacher (Eds.). New York: Basic Books.
- 9 -Adler, A (1946). Superiority and social interest: A collection of later writings. H. L. & R. R. Ansbacher (Eds.). Evanston, IL: Northwestern University Press.
- 10 -Alexander, I. E. (1982). The Freud-Jung relationship ___ The other side of Oedipus and countertransference: Some implications for psychoanalytic theroy and psychotherapy. American Psychologist, 37, 1009 1018.
- 11 -American psychiatric Association (1987). Diagnostic and Statis-

- tical Manual Of Mental Disorders (3rd edition, revised), Washington, D. C.
- 12 -American Psychiatric Association (1994). Diagnostic and Statistical Manual Of Mental Disorders (4th edition, revised), Washington, D. C.
- 14 Ansbacher, H. L. (1971). Alfred Adler and humanistic psychology. *Journal of Humanistic Psychology*, 11, 23 63.
- 13 Andrews, G., Stewart, G., Aleen, R. and Henderson, A. S. (1990): The genetics of six neurotic disorders: A twin study. Journal of Affective Disorders, 19, 23 - 29.
- 15 Ansbacher, H. L. (1977). Individual psychology. In R. J. Corsini (Ed.), *Current persondality theories* (pp. 45 82). Itasca, IL: Peacock.
- 16 Ballenger, J. (2000). Recognizing the patient with social anxiety disorder. International Clinical Psychopharmacology, Jul, Vol 15 (September 11) SI - S5)
- 17 Barry, H., III, & Blane, H. T. (1977). Birth order of alcoholics. Journal of Individual Psychology, 62, 62 - 79.
- 18 Barkham, M. (1998) 'Empathy in counselling and psychotherapy: present status and future directions', Counselling Psychology Quarterly, 6 (1): 24 8.
- 19 Barkham, M. (1990a) 'Counselling psychology: in search of an identity', *The psychologist: Bulletin of the British Psychological Society*, 12: 536 9.
- 20 Barkham, M. and Shapiro, D. A. (1986) 'Counselor verbal response modes and experienced empathy', *Journal of Counseling Psychology*, 33: 3 10.

- 22 Barkham, M. and Shapiro, D. A. (1990) 'Brief prescriptive and exploratory therapy for job related distress: a pilot study', Counselling Psychology Quarterly, 3: 133 47.
- 23 Bobes, Julio (1999). Social anxiety, social phobia The course of illness prior to treatment International Journal of Psychiatry in Clinical Practice, Dec., Vol 3 (suppl 3): S 2.
- 24 Bootzin, R., Acocella, J., Alloy, L. (1993). Abnormal Psychology. New York: McGraw Hill, Inc.
- 25 Campbell, J. (197..) Hero with a thousand faces. New York: harcourt Brace Jovanovich.
- 26 Cann, D. R., & Donderi, D. C. (1986). Jungian personality typology and the recall of everyday and archetypal dreams. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 1021 1030.
- 27 Dreikurs, R. (1950). Fundamentals of Adlerian psychology. New York: Greendberg.
- 28 -Dreikurs, R. (1973). Psychodynamics, psychotherapy, and counseling. Chicago: Alfred Adler Institute.
- 29 Erikson, E. H. (1963a). Childhood and society (2nd ed.). New York: Norton.
- 30 Erikson, E. H. (1963b). Youth: Change and challenge: New York: Norton.
- 31 Erikson, E. H. (1964a). Insight and responsibility. New York: Norton.
- 32 Erikson, E. H. (1964b). Memorandum on identity and Negro youth. *Journal of Social Issues*, pp. 20-42.
- 33 Erikson, E. H. (1968a). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.

- 34 Erikson, E. H. (1968b). Life cycle. In *International Encyclopedia* of the Social Sciences (Vol. 9, pp. 286 292). New York: Crowell Collier & Macmillan.
- 35 Erikson, E. H. (1969). Gandi's truth. New York: Norton.
- 36 Erikson, E. H. (1970). Reflections on the Dissent of Contemporary youth. *Daedalus*, 99, 154 176.
- 37 Erikson, E. H. (1973). *In Search of Common Ground*. New York: Norton.
- 38 Erikson, E. H. (1975). Life History and the Historical Moment. New York: Norton.
- 39 Erikson, E. H. (1977). Toys and Reasons: Stages in the Ritualization of Experience. New York: Norton.
- 40 Erikson, E. H. (1978). Adulthood. New York: Norton.
- 41 Erikson, E. H. (1979). *Identity and the life cycle: A reissue*. New York: Norton.
- 42 Erikson, E. H. (1982). The life cycle completed. New York: Norton.
- 43 Erikson, E. H., J. M., & Kivnick, H. Q. (1986). Vital involvement in old age. New York: Norton.
- 44 Evans, R. I. (1967). Dialogue with Erik Erikson. New York: Harper and Row.
- 45 Fromm, E. (1971). Escape from freedom. New York: Avon.
- 46 Fromm, E. (1919). Man for himself: An inquiry into the psychology of ethics. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- 47 Fromm, E. (1969). *The sane society*. New York: Holt, Rinehart and Winston.

- 48 Fromm, E. (1974). The art of loving. New York: Harper and Row.
- 49 Fromm, E. (1962). Beyond the chains of illusion: My encounter with Marx and Freud. New York: Touchstone.
- 50 Fromm, E. (1986). The revolution of hope. New York: Harper and Row.
- 51 Fromm, E. (1973). The anatomy of human destructiveness. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- 52 Fromm, E. (1981). On Disobedience and other essays. New York: Seabury Press.
- 53 Frude, Neil. (1998). *Understanding abnormal psychology*, Blackwell
- 54 Funk, R. (1982). Erich Fromm: The courage to be human. New York: Continuum.
- 55 Gilligan, C. (1982). In a different voice: Psychological theory and women's development. Cambridge, M A: Harvard University Press.
- 56 Goldberg, H. (1983). The new male female relationship. New York: Morrow.
- 57 Horney, K. (1926/1967). Feminine psychology. New York: Norton.
- 58 Horney, K. (1937). The neurotic personality of our time. New York: Norton.
- 59 Horney, K. (1939). New ways in psychoanalysis. New York: Norton.
- 60 Horney, K. (1942). Self-analysis. New York: Norton.
- 61 Horney, K. (1945). Our inner conflicts. New York: Norton.

- 62 Horney, K. (1950). Neurosis and human growth: The struggle toward self-realization. New York: Norton.
- 63 Jones, E. (1957). The life and work of Sigmund Freud. New York: Basic Books.
- 64 Jung, C. G. (1906/1960). The psychology of dementia praecox. In The collected works of C. G. Jung (Vol. 3). Princeton, NJ: Princeton University Press.
- 65 Jung, C. G. (1909/1973). The Psychological diagnosis of evidence. In *The collected works of C. G. Jung* (Vol. 2). Princeton, NJ: Princeton University Press.
- 66 Jung, C. G. (1913/1973). On the doctrine of complexes. In The collected works of C. G. Jung (Vol. 2). Princeton, NJ: Princeton University Press..
- 67 Jung, C. G. (1921/1971). Psychological types. In *The collected works of C. G. Jung* (Vol. 6). Princeton, NJ: Princeton University Press.
- 68 Jung C. G. (1931/1969). The structure of the psyche. In *The collected works of C. G. Jung* (Vol. 8). Princeton, NJ: Princeton University Press.
- 69 Jung C. G. (1936/1969). The archetypes and the Collective unconsious. In *The collected works of C. G. Jung* (Vol. 9). Princeton, NJ: Princeton University Press.
- 70 Jung C. G. (1961). Memories, dreams, and reflections. New York: Random House.
- 71 Jung C. G. (1968). Analytical psychology: Its theory and practice (The Tavistock Lectures). New York: Pantheon.
- 72 Maccoby, E. E. (1990). Gender and relationships: A developmental account. *American Psychologist*, p. 45, pp.513 520.

- 73 Maccoby, M. (1981). The leader. New York: Simon and Schuster.
- 74 Maccoby, M. (1988). Why work: Leading the new generation.

 New York: Simon and Schuster.
- 75 Marcia J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3, 551 558.
- 76 Marcia. J. E. (1967). Ego identity status: Relationship to change in self-esteem, "general adjustment," and authoritarianism. *Journal of Personality*, 35, 118 133.
- 77 Marcia J. E. (1980). Identity in adolescence. In J. Adelson (Ed.), Handbook of adolescent psychology. New York: Wiley.
- 78 Maddi, S. R., & Costa, P. (1972). Humanism in personology: All-port, Maslow, and Murray. Chicago: Aldine Atherton.
- 79 Maslow, A. H. (1950). Self-actualizing people: A study of psychological health. Personality symposia: Symposium #1 on values (pp. 11 34). New York: Gurne & Stratton.
- 80 Maslow, A. H. (1956). A philosophy of psychology. In J. Fairchild (Ed.), Personal problems and psychological frontiers. New York: Sheridan House.
- 81 Maslow, A. H. (1964). Religions. values and peak experiences. New York: Viking.
- 82 Maslow, A. H. (1965). Eupsychian management: A Journal. Homewood, II,: Irwin-Dorsey.
- 83 Maslow, A. H. (1966). The psychology of science: A reconnaissance. New York: Harper and Row.
- 84 Maslow, A. H. (1967). A theory of metamotivation: The biological rooting of the value-life. *Journal of Humanistic psychology*, 7, 93 127.

- 85 Maslow, A. H. (1968). Toward a psychology of being (2nd ed.). New York: Van Nostrand.
- 86 Maslow, A. H. (1969). Toward a humanistic biology. American Psychologist, 24, 724 735.
- 87 Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality* (2nd ed.). New York: Harper and Row.
- 88 Maslow, A. H. (1971). The farther reaches of human nature. New York: Viking Press.
- 89 Maslow, A. H. (1987). *Motivation and personality* (3rd ed.), New York: Harper and Row.
- 90 Mattoon, M. A. (1981). Jungian psychology in perspective. New York: Free Press.
- 91 McLeod, J. (1994). Doing Counselling Research. London: Sage.
- 92 McLeod, J. (1993). An Introduction to Counselling. Buckingham: Open University Press.
- 93 Richards, T. (2000). Social anxiety disorder: Definition. *The Social Anxiety Institute*, INC. U. S. A.
- 94 Scheier, M., Carver, C. (1987). Self Consciousness Scale (SCS). In Corcoran, K., Fischer (Eds.), *Measures for Clinical Practice*. London: Collier Macmillan Publishers.
- 95 Sheehan, D. (1982). Panic attacks and phobias. New England Uournal Of Medicine. 307, 156 158.
- 96 Vaihinger, H. (1911). The philosophy of "as if." New York: Harcourt, Brace.
- 97 Wagner, M. E., & Schubert, H. J. (1977). Sibship variables and United States persidents. *Journal of Individual Psychology*, 62, 78 85.

- 98 Watson, D. Friend. R. (1983). Fear of negative evaluation, Personality and Social Psychology, Bulletin, 9, 371 375. In Corcoran, K., fischer, J (1987): measures for clinical practice. Collier, London: Macmillan Publishers.
- 99 Wittchen, H. (2000). The many faces of social anxiety disorder.

 International Clinical Psychopharmacology. Jul, Vol 15 (supp 11) S 7 S 12.
- 100 Woolfe, R. (1990) 'Counselling Psychology in Britain: an idea whose time has come', The Psychologist: Bulletin of the British Psychological Society, 12: 531 5.
- 101 World Health Organization: The ICD 10 Classification of mental behavioral disorders, Geneva: WHO, 1992.
- 102 -Zarski, J. J., Bubenzer, D. L., & West, J. D. (1986). Social interest, stress, and the prediction of health status, *Journal of Counselling and Development*, 64, 386 389.
- 103 Zimbardo, P. (1977). Shyness: What is it? and what to do about it? Reading, Mass: Addison Wesley in Massachusetts.